โพธิปักขิยธรรม เล่ม 1
อิทธิบาท 4

โดย

มงคลบุตร

ชำระโดย

พระพรหมคุณาภรณ์ (อุปเสโณ)

เจ้าอาวาสวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร กรุงเทพฯ

และ

พระภาวนาโกศลเถร (วีระ คณุตฺตโม)

รองเจ้าอาวาส และ อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนา
วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ

เห็น ใดฤๅมาตรแม้น ธรรมกาย
จำ สนิทนิมิตหมาย มั่นแท้
คิด ทำเถิดหญิง-ชาย ชูช่วย ตนแฮ
รู้ ยิ่งเบญจขันธ์แท้ แต่ล้วนอจิรัง

g. 9

โพธิปักขิยธรรม เล่ม 1
อิทธิบาท 4

โดย

มงคลบุตร

ชำระโดย

พระพรหมคุณาภรณ์ (อุปเสโณ)

เจ้าอาวาสวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร กรุงเทพฯ

และ

พระภาวนาโกศลเถร (วีระ คณุตฺตโม)

รองเจ้าอาวาส และ อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนา
วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ

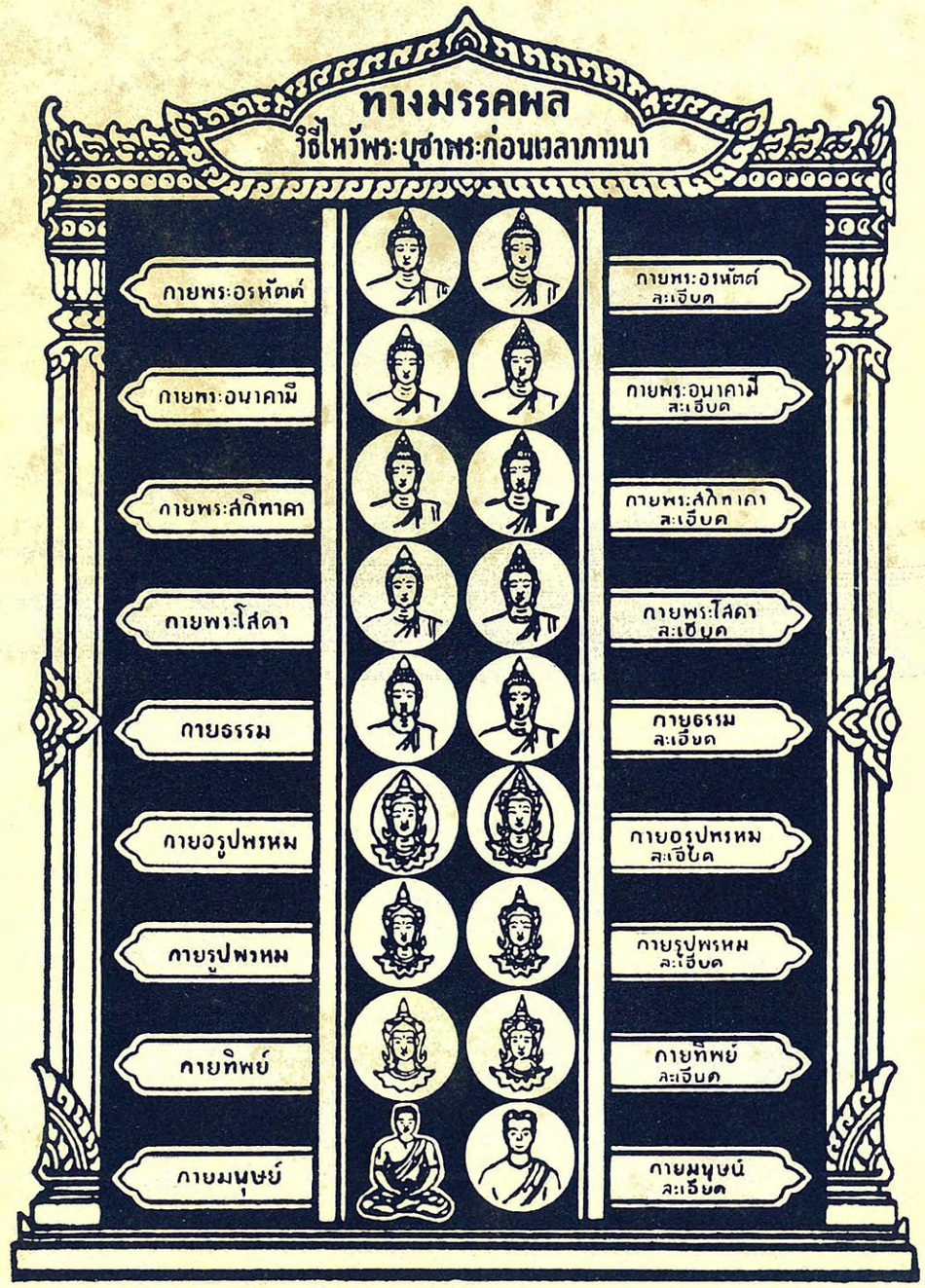
จัดพิมพ์โดย

มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

เพื่ออุปถัมภ์
โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ
และ
โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย วัดสระเกศฯ

สิ่งเกลาที่ดอรโมดอวกาว 4อนิจ.

1 นกต่อยหัวด้ด เอลานอนยกเท้าขึ้น
2 ปลาเสือน กินเอกายาตัวดีนะหมด
3 นกกะเวียน เอลาฝืนนนเกือฝืนขา
4 ทรานอน กลัวต่อการไม่สูญตร.



คติของ พระมงคลเทพมุนี
หลวงพ่อวัดปากน้ำ

ด้วยความพยายาม ตั้งใจ ไม่ประมาท
รักษาอาคม ตั้งใจ ให้เป็นศรี
ผู้ใฝ่สูง อาจตั้งหลัก ปักหักดี
อันยิ่งนี้ ไม่มี สามารถ

เกิดมาก่ายายาก หาแก้ว แขนแล้วไม่กำ ยะเกิดมาทำอะไร
สิ่งที่อยากก็หลอก สิ่งที่หยอก เขาก็ลวงทำให้วิตกเป็นห่วงใย
เลิกอยาก อาหยอก รีบออกจากกาม เดินตามรอยนักสู้สามเรือยไป
เสร็จกิจสิ้นหก ไม่ตกกันดาร เรียกว่าหรือพาน ก็ได้

รักษ์ร่าง พอสร่างร้าย รอดตน
ยอดเยี่ยม "ธรรมกาย" ผล ผ่องแผ้ว
เลอเลิศล่วงกุศล ใดอื่น
เชิญท่านถือเอาแก้ว ก่อนหล้าเรืองสกล

ประคองเหตุ สิ่งเกิดผล ทนเอาเกิด ประเสริฐนัก
ไม่หยุด ไม่ถึงนระ ตั้งหยุดนิ่งแหละ เป็นตัวสำเร็จ
ผลไม่ตัก นกฮูม ห้ำเป็นปลาขอบอาศัย

ประคองเหตุ สิ่งเกิดผล สนใจเกิด ประเสริฐนัก
ประคองในเหตุสิ่งเกิดในผล สนใจเข้าเกิด ประเสริฐดีนัก
ประคองที่ในเหตุ สิ่งเกิดดูในผล สนใจหนักเข้าเกิดประเสริฐดียิ่งนัก

พระเดชพระคุณ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

(หลวงพ่อวัดปากน้ำ)

ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า

.....เมื่อก่อน เราผู้ชื่อว่าสรภังคะ ไม่เคยได้เห็นโรคคืออุปาทานขันธ์ ๕ ครบบริบูรณ์ทั้งสิ้น โรคนั้น อันเราผู้ทำตามพระดำรัสของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นเทพเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ ได้เห็นแล้ว **พระสัมมาสัมพุทธเจ้า** พระนามว่า พระวิปัสสี พระสิขี พระเวสสภู พระกกุสันโธ พระโกนาคม พระกัสสป ได้เสด็จไปแล้วโดยทางใดแล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าโคดม ก็ได้เสด็จไปแล้วโดยทางนั้น พระพุทธเจ้า ๗ พระองค์นี้ ทรงปราศจากตัณหาไม่ทรงถือมั่น ทรงหยั่งถึงความสิ้นกิเลส **เสด็จอุบัติแท้โดยธรรมกาย ผู้คงที่** ทรงเอ็นดูอนุเคราะห์สัตว์ทั้งหลาย ได้ทรงแสดงธรรม คือ อริยสัจ ๔ อันได้แก่ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางเป็นที่สิ้นทุกข์ เป็นทางไม่เป็นไปแห่งทุกข์ อันไม่มีที่สุดในสงสาร เพราะกายนี้แตกและเพราะความสิ้นชีวิตนี้ การเกิดในภพใหม่อย่างอื่นมิได้มี เราเป็นผู้หลุดพ้นแล้วจากสรรพกิเลสและภพทั้งปวง ฯ

พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สรภังคเถรคาถา ข้อ ๓๖๕
(พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง พ.ศ. ๒๕๑๔ เล่มที่ ๒๖ หน้า ๓๓๔)

พุทธบริษัทโปรดทราบ

วัดใด หรือ พระภิกษุ สามเณรใด ประสงค์จะได้หนังสือธรรมปฏิบัติ และ เทปสอนภาวนาไปศึกษา ฝึกปฏิบัติ และ เผยแพร่ ก็แจ้งความจำนงไปที่ พระเดชพระคุณ **พระภาวนาโกศลเถร** รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดปากน้ำภาษีเจริญ กรุงเทพ ฯ ๑๖ **เมื่อมีเจ้าภาพ ก็จะจัดส่งไปถวายตามลำดับความเร่งด่วนที่ขอไป**

ผู้ประสงค์จะสร้างมหากุศล ด้วย **ธรรมทาน** ก็บอกรับเป็น **เจ้าภาพ หนังสือธรรมปฏิบัติ ชุดละ ๘ เล่ม ชนิดปกอ่อน ชุดละ ๓๕๐ บาท ชนิดปกแข็ง ชุดละ ๔๕๐ บาท** หรือ **เทปสอนภาวนาชุดละ ๒๗ ม้วน เป็นเงินชุดละ ๒,๗๓๐ บาท** หรือ **บริจาคตามกำลังศรัทธา** เพื่อถวายหนังสือหรือเทปดังกล่าวแก่วัดหรือพระภิกษุสามเณรที่ขอมา ก็ขอได้โปรดแจ้งความจำนงไปที่พระเดชพระคุณ **พระภาวนาโกศลเถร** วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพ ฯ ๑๖ (ถ้าส่งเงินทางไปรษณีย์ โปรดสั่งจ่ายเงินทาง**ไปรษณีย์ตลาดพลู**) ขออนุโมทนา

วัดปากน้ำ
ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

คำนำ

หนังสือโพธิปักขิยธรรมนี้ ได้จัดพิมพ์ขึ้นเพื่อให้นักสมาธิธรรมและนักปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ได้ใช้วิตามินในการปฏิบัติธรรม จะได้เป็นหนทางในการดำเนินถึงธรรมอันเป็นเครื่องทำลายพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และใช้เป็นปฏิปทาในการปฏิบัติธรรม โพธิปักขิยธรรมนี้ เป็นธรรมที่สำคัญอย่างยิ่งแก่นักปฏิบัติ เพราะเป็นธรรมอันเป็นขั้นตอนแห่งการเข้าถึงพุทธธรรมโดยเฉพาะ เพราะฉะนั้นนักปฏิบัติธรรมทั้งหลายจึงต้องศึกษาให้ทราบธรรมข้อนี้อันจะทำให้เราดำเนินถึงพระนิพพานได้เร็ว ซึ่งเป็นจุดประสงค์ใหญ่ของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย เพราะถ้านักปฏิบัติไม่ทราบธรรมอันเป็นเครื่องดำเนินถึงพระนิพพานโดยละเอียดแล้ว อาจจะทำให้หลงทางปฏิบัติผิดได้ และเป็นเหตุให้เกิดมีวรรณธรรมได้ง่าย จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับนักปฏิบัติผู้หวังความสำเร็จ ให้รีบรวมรวบหาความรู้ในเรื่องโพธิปักขิยธรรมให้เป็นแนวทาง และใช้เป็นปฏิปทาในการปฏิบัติเสียก่อน อาตมภาพจึงมีความอินดีเป็นอย่างยิ่งที่ได้รวบรวมธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน ได้จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ขึ้นโดยละเอียดพิสดาร จะได้เป็น

ประโยชน์โสตถิผลแก่นักปฏิบัติธรรมทั่วไป
และเป็นแนวทางในการเข้าถึงพุทธธรรม
ในที่สุดนี้ อาตมภาพขออนุโมทนาบุญแด่
ผู้จัดพิมพ์ และผู้ช่วยเหลือในการพิมพ์มาณ
โอกาสนี้ด้วย

พระภาวนาโกศลเถร
๗ พฤศจิกายน ๒๕๒๔

คำนำ

ก่อนอื่น กระผมใคร่จะขอเรียนต่อท่านผู้อ่านเสียก่อนว่า *โพธิปักขิยธรรม* ซึ่งหมายถึงองค์ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายเครื่องตรัสรู้นั้น มิใช่เรื่องง่ายที่จะกล่าว ผู้กล่าวจักต้องมีประสบการณ์จากธรรมปฏิบัติมาดีพอสมควร และจักต้องรวบรวมพลังจิตอันพร้อมด้วย สติ สมาธิ และปัญญารอบรู้มากพอสมควร จึงสมควรกล่าวต่อสาธารณชน เฉพาะตัวกระผมเองแล้ว หาได้มีคุณสมบัติครบถ้วนดังกล่าวแล้วนั้นไม่ หากแต่ด้วยความอนุเคราะห์จากคุณครูอาจารย์ ที่ได้ถ่ายทอดธรรมปฏิบัติและปริยัติทั้งโดยทางตรงและทางอ้อมแก่กระผม ประกอบกับประสบการณ์จากการปฏิบัติธรรม ตามแนววิชชาธรรมกายของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามานานพอสมควร และได้รับแรงผลักดันจากเพื่อนร่วมปฏิบัติธรรม และคณะผู้ปฏิบัติธรรมในโครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร ได้รบเร้ากระผมให้เขียนเรื่องนี้มาหลายครั้ง นี้ประการหนึ่ง และประกอบกับเป็นจุดอ่อนของผู้ปฏิบัติธรรมที่ยังไม่ได้ถึงธรรมกาย หรือถึงธรรมกายแล้วแต่ไม่รู้จุดอ่อนที่พึงปรับปรุงแก้ไขให้การปฏิบัติธรรมเป็นไปด้วยดีตามควร เป็นเหตุให้ไม่ได้รับผลสมบูรณ์เท่าที่ควรอีกประการหนึ่ง จึงนมัสการขออนุญาตและขอคำปรึกษาหารือจากคุณครูอาจารย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง จากพระเดชพระคุณ *พระภาวนาโกศลเถร* ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชชาธรรมกายชั้นสูงแก่กระผม และพระเดชพระคุณ *พระพรหมคุณาภรณ์* ผู้เป็นองค์ประธานโครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกายวัดสระเกศฯ ได้เป็นพลังใจให้กระผมมีโอกาสมาเสนอธรรมเรื่องนี้ต่อท่านสาธุชน เท่าที่สติปัญญาและภูมิธรรมจะพึงแสดงออกได้ แม้จะไม่สมบูรณ์ครบถ้วน ก็หวังว่าจะพอเป็นแนวทางให้ท่านสาธุชนได้มีโอกาสศึกษาหาความรู้และประสบการณ์จากการปฏิบัติธรรมต่อไปได้

อนึ่ง ในการเสนอธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าดังกล่าวนี้ กระผมใคร่ขอนมัสการด้วยเศียรเกล้าแด่คุณครูอาจารย์ทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พระเดชพระคุณ *หลวงพ่อวัดปากน้ำฯ* ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกายของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าประคุณ*สมเด็จพระญาณสังวร* แห่งวัดบวรนิเวศ พระเดชพระคุณ *พระพรหมคุณาภรณ์* แห่งวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร พระเดชพระคุณ *พระภาวนาโกศลเถร* แห่งวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ พระเดชพระคุณ*พระเทพสิทธิมุนี* แห่งวัดมหาธาตุ และท่านอาจารย์ *ภัททันต วิลาสะ* แห่งวัดปรก กรุงเทพมหานคร ผู้ที่กระผมได้รับความรู้จากท่านทั้งทางตรงและทางอ้อม จึงขอนมัสการรำลึกในพระคุณแห่งพระคุณเจ้าดังได้กล่าวนามมานี้ด้วยทุกท่าน

กระผมหวังว่า หนังสือเล่มนี้จะอำนวยประโยชน์แก่นักศึกษาและผู้ปฏิบัติธรรมได้เป็นอย่างดี

มงคลบุตร

สารบาญ

	หน้า
คำนำ	ก
ความเบื้องต้น	๑
บทที่ ๑ อิทธิบาท ๔	๕
ตอนที่ ๑ ฉันทะเป็นอิทธิบาท (ฉนฺทิทฺธิปาท)	๑๐
ตอนที่ ๒ วิริยะเป็นอิทธิบาท (วิริยะทฺธิปาท)	๑๔
ตอนที่ ๓ จิตตะเป็นอิทธิบาท (จิตฺติทฺธิปาท)	๑๘
ตอนที่ ๔ วิมังสาเป็นอิทธิบาท (วิมงฺสิทฺธิปาท)	๓๒

ความเบื้องต้น

โพธิปักขิยธรรม หมายถึงอะไร ?

โพธิปักขิยธรรม หมายถึง *องค์ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้และให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน* อันเป็นแดนเกษม ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง หรือจะกล่าวอย่างย่อ ๆ ก็คือ *ธรรมปฏิบัติเครื่องช่วยให้ได้ตรัสรู้และบรรลุมรรค ผล นิพพาน* นั่นเอง

เมื่อมาพิจารณาถึงคำว่า "ตรัสรู้" จากพระพุทธดำรัสในธัมมจักกัปปวัตนสูตร ปางปฐมเทศนาโปรดปัญจวัคคีย์ ที่ว่า "ภิกฺขเว ปุพฺเพ อนนุสฺสุเตสุ ธมฺเมสุ จกฺขุํ อุทปาทิ ญาณํ อุทปาทิ ปญฺญา อุทปาทิ วิชฺชา อุทปาทิ อาโลโก อุทปาทิ" ซึ่งแปลความว่า *ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักษุได้เกิดขึ้นแล้ว ญาณ (ความรู้แจ้ง) ได้เกิดขึ้นแล้ว ปัญญาได้เกิดขึ้นแล้ว วิชชาได้เกิดขึ้นแล้ว แสงสว่างได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา ในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยฟังมาก่อน* (นี้เป็นทุกขอริยสัจจ์, นี้เป็นสมุทัยอริยสัจจ์, นี้เป็นนิโรธอริยสัจจ์, นี้เป็นมัคคอริยสัจจ์) และประกอบกับการพิจารณาจากประสบการณ์ในการปฏิบัติภาวนาตามแนว *วิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า* แล้ว ก็จะเห็นความหมายของการตรัสรู้พระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยพระองค์เองนี้ว่า *เป็นการรู้แจ้งจากการที่ได้ทั้งเห็นและทั้งรู้ มิใช่เป็นการรู้เฉย ๆ แต่เป็นการรู้แจ้งจากการที่ได้เห็นพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริง* เพราะถ้าไม่ได้เห็นพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงแล้ว จะไม่สามารถรู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงได้เลย พระพุทธองค์จึงทรงพระพุทธคุณที่ว่า สัมมาสัมพุทโธ

ส่วนพระสงฆ์สาวกของพระพุทธองค์ผู้ชื่อว่า "**อนุพุทธ**" นั้น ย่อมได้รู้เลา ๆ จากพระปริยัติสัทธรรมก่อน แล้วจึงเห็นและรู้แจ้งในพระสัทธรรมตามที่เป็นจริง และได้บรรลุมรรค ผล นิพพานตามพระองค์อีกทีหนึ่ง

และท่านสาธุชนผู้ปฏิบัติธรรมพึงเข้าใจต่อไปอีกว่า อันความตรัสรู้แห่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ดี ความตรัสรู้แห่งพระปัจเจกพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายก็ดี ทั้งในอดีตก็ดี ในปัจจุบันก็ดี และที่จะมีต่อไปในกาลอนาคตก็ดี ล้วนบังเกิดขึ้นด้วย *ธรรมกาย* หรือ *เสด็จอุบัติแท้โดยธรรมกาย* ด้วยกันทั้งสิ้น ดังมีปรากฏในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สรภังคเถรคาถา ข้อ ๓๖๕ และในหนังสือ *ปฐมสมโพธิ* เรียบเรียงโดยสมเด็จพระสังฆราช ปุสฺสเทว และทรงชำระโดยสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส เป็นต้น

โพธิปักขิยธรรม องค์ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้ อันบังเกิดขึ้นโดยธรรมกาย ให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพานนั้น มีอยู่ ๓๗ ประการด้วยกัน ดังต่อไปนี้

สติปัฏฐาน ๔ อันมี กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรือกล่าวโดยย่อ ได้แก่การมีสติพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เป็นทั้งภายในและภายนอก

สัมมัปปธาน ๔ ความเพียรชอบใน ๔ สถาน อันได้แก่ เพียรกำจัดบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ๑, เพียรระวังบาปอกุศลมิให้เกิดขึ้นในสันดานอีก ๑, เพียรสร้างบุญกุศลให้เกิดขึ้นในสันดาน ๑, และเพียรระวังรักษาบุญกุศลที่เกิดขึ้นแล้วมิให้เสื่อมอีก ๑

อิทธิบาท ๔ ได้แก่ *ฉันทะ* คือความพอใจในการศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์อันถาวร ๑, *วิริยะ* คือความเพียรในการปฏิบัติธรรมเพื่อความบรรลุมรรค ผล นิพพาน ๑, *จิตตะ* คือความที่มีใจจดจ่อในธรรมปฏิบัติอยู่เป็นเนืองนิจ ไม่ทอดทิ้งธุระไปกลางคัน ๑, และ *วิมังสา* คือความพินิจพิจารณาในการปฏิบัติธรรมเพื่อให้มุ่งตรงต่อมรรค ผล นิพพาน อีก ๑

อินทรีย์ ๕ และ **พละ** ๕ อันได้แก่ *ศรัทธา* ในธรรมปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรค ผล นิพพาน ๑, *วิริยะ* คือความเพียรพยายามปฏิบัติธรรมให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ๑, *สติ* คือความรู้สึกตัวพร้อมในกาย เวทนา จิต และธรรม ทั้งภายในและภายนอกอีก ๑, *สมาธิ* คือการเจริญฌานทั้ง ๔ อันมี ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌานอีก ๑, เพื่อเจริญ *ปัญญา* รู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงอีก ๑ อินทรีย์ ๕ นี้ เมื่อเจริญแก่กล้าแล้วก็จัดเป็น พละ ๕ รวมเป็น ๑๐ ประการด้วยกัน

โพชฌงค์ ๗ อันได้แก่ *สติ* คือความระลึกได้ในกาย เวทนา จิต และธรรม ทั้งภายในและภายนอก ๑, *ธัมมวิจยะ* คือความสอดส่อง วิเคราะห์ แยกแยะธรรมให้เห็นตามที่เป็นจริงว่าธรรมใดเป็นฝ่ายบุญกุศล ที่เรียกว่า "กุสลาธัมมา", ธรรมใดเป็นธรรมฝ่ายบาปอกุศล ที่เรียกว่า "อกุสลาธัมมา" และธรรมใดเป็นธรรมฝ่ายกลาง ๆ ที่เรียกว่า "อัพยากตาธัมมา" เป็นต้นนี้อีกข้อ ๑, *วิริยะ* คือความเพียรศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อการบรรลุมรรค ผล นิพพานยิ่ง ๆ ขึ้นไป ๑, *ปีติ* เมื่อได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน แล้วย่อมเกิดความปีติ คือความอิ่มใจอีก ๑, แล้วก็เกิดความสงบใจที่เรียกว่า *ปัสสัทธิ* อีก ๑, อันเป็นผลให้เกิด *สมาธิ* กล่าวคือจิตใจสงบระงับจากนิวรณ์ธรรมอีก ๑, แล้วจิตใจก็มัธยัสถ์ เป็นกลาง วางเฉย ไม่ยินดียินร้ายในอารมณ์และในโลกธรรมทั้งหลาย เป็นต้นว่า ลาภ ความเสื่อมลาภ ยศ ความเสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา ความสุขและความทุกข์อย่างที่ชาวโลกเขายึดมั่นถือมั่นกันว่าเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นต้น เรียกว่า *อุเบกขา* นี้อีก ๑

อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ *สัมมาทิฏฐิ* ปัญญาอันเห็นชอบในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ นี้ข้อ ๑, *สัมมาสังกัปโป* ความดำริออกจากกามและจากความพยาบาท ๑ (สองประการนี้เองที่สงเคราะห์เข้าใน *ปัญญาสิกขา*) *สัมมาวาจา* การกล่าวแต่วาจาที่ชอบ ๑, *สัมมากัมมันโต* การประกอบ

แต่การงานที่ชอบ ๑, *สัมมาอาชีโว* การประกอบอาชีพชอบอีก ๑ (ทั้งสามประการนี้เองที่สงเคราะห์เข้าเป็น *ศีลสิกขา*) *สัมมาวายาโม* คือความเพียรชอบใน ๔ สถาน ๑, *สัมมาสติ* คือความระลึกชอบใน ๔ สถาน คือ ในกาย เวทนา จิต และธรรม ณ ภายในและภายนอกอีก ๑, *สัมมาสมาธิ* คือการเจริญฌานทั้ง ๔ เพื่อเจริญปัญญารู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงอีก ๑ (ทั้งสามประการนี้สงเคราะห์เข้าใน *จิตสิกขา*)

รวมเป็นองค์ธรรมอันช่วยให้ได้ตรัสรู้ อันอุบัติขึ้นด้วยธรรมกาย เพื่อความบรรลุมรรค ผล นิพพาน ๓๗ ประการด้วยกัน

ความสำคัญของโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการนี้ พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้ในมหาปรินิพพานสูตร (มหา.ที. ๑๐/๑๔๐/๑๐๗) มีคำแปลอยู่ในหนังสือขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ของกองตำราคณะธรรมทาน ไชยา ความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่าใดที่เราแสดงแล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง ธรรมเหล่านั้น พวกเธอทั้งหลายพึงรับเอาให้ดี พึงเสพให้ทั่วถึง พึงอบรม พึงกระทำให้มาก โดยอาการที่พรหมจรรย์นี้ จักมั่นคงดำรงอยู่ได้ ตลอดกาลนาน ข้อนี้จักเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่คนเป็นอันมาก เพื่อความสุขแก่คนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์โลก และเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่าไหนเล่าที่เราแสดงแล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง ธรรมเหล่านั้นได้แก่สติปัฏฐาน ๔, สัมมัปปธาน ๔, อิทธิบาท ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕, โพชฌงค์ ๗, และอริยมรรคมีองค์ ๘

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่านี้แล ที่เราแสดงแล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง เป็นสิ่งที่พวกเธอทั้งหลายพึงรับเอาให้ดี พึงเสพให้ทั่วถึง พึงอบรม พึงกระทำให้มาก โดยอาการที่พรหมจรรย์นี้ จักมั่นคงดำรงอยู่ได้ตลอดกาลนาน ข้อนั้น จักเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่คนเป็นอันมาก เพื่อความสุขแก่คนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์โลก และเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังตรัสแก่ภิกษุรูปหนึ่งซึ่งเกิดหนักเนื้อหนักตัว และถูกนิวรณ์ครอบงำ ฝืนใจประพฤติพรหมจรรย์อยู่ จนต้องไปกราบเรียนพระอุปัชฌาย์ให้ทราบเรื่อง ท่านจึงพาเข้าเฝ้าสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า และได้รับคำแนะนำ มีปรากฏอยู่ใน ปญฺจก.อํ. ๒๒/๗๙/๕๖ แปลความโดยกองตำราคณะธรรมทาน ไชยา ในหนังสือขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ ความว่า

ภิกษุ เป็นอย่างนั้นแหละ ข้อที่ร่างกายเกิดหนักตัวขึ้น ทิศทั้งหลายไม่กระจ่าง ธรรมทั้งหลายไม่แจ่มแจ้ง ถีนมิทธะ เข้าจับจิต ฝืนใจประพฤติพรหมจรรย์อยู่ มีความสงสัยในธรรมทั้งหลาย อาการเหล่านี้ย่อมเกิดมีแก่ภิกษุผู้ไม่คุ้มครองในอินทรีย์ทั้งหลาย ไม่รู้ประมาณในการบริโภค ไม่ประกอบชาคริยธรรมเนือง ๆ ไม่เห็นแจ้งในธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล ไม่ขวนขวายบำเพ็ญโพธิปักขิยธรรม ภาวนาตลอดราตรีเป็นเบื้องต้น และราตรีเป็นเบื้องปลาย

ภิกษุ เพราะฉะนั้นในเรื่องนี้ เธอพึงสำเหนียกใจไว้ว่า เราจักเป็นผู้คุ้มครองทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย เป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค จักประกอบชาคริยธรรมเนือง ๆ เป็นผู้เห็นแจ้งในธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล จักเป็นผู้ขวนขวายบำเพ็ญโพธิปักขิยธรรม ภาวนาตลอดราตรีเป็นเบื้องต้น และราตรีเป็นเบื้องปลาย อันนี้ ภิกษุทั้งหลาย เธอพึงสำเหนียกใจไว้อย่างนี้

เมื่อภิกษุรูปนั้นน้อมรับเอาโอวาทอันนี้ หลีกออกจากหมู่ อยู่แต่ผู้เดียว ไม่ประมาท เพียรเผากิเลส มีตนส่งไปแล้วในการทำเช่นนั้น ในที่สุดก็ถึงความเป็นพระอรหันต์

โพธิปักขิยธรรมนี้ ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงพึงศึกษาและอบรมตนเพื่อการเข้าถึงและบังเกิดขึ้นแห่งธรรมกาย อันเป็นกายตรัสรู้และบรรลุมรรค ผล นิพพาน ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป และพึงเข้าใจว่า ธรรมปฏิบัติทั้ง ๓๗ ประการนี้ เมื่อได้ศึกษาให้เข้าใจและใช้อบรมตนอยู่เป็นนิจแล้ว ย่อมสามารถปฏิบัติได้แก่กล้าและสมบูรณ์ขึ้นตามระดับภูมิธรรมที่สูงขึ้นตามลำดับ และเป็นธรรมเกื้อหนุนสัมพันธ์ซึ่งกันและกันไปตลอด จึงไม่ควรคำนึงว่ายากหรือง่าย แล้วมองข้ามไปเสีย แต่พึงกำหนดไว้ในใจว่าธรรมนี้ต้องศึกษาและปฏิบัติให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ก็จะค่อย ๆ แก่กล้าและสมบูรณ์ไปเอง การเสนอธรรมนี้ จะเริ่มเสนอในธรรมปฏิบัติที่พิจารณาเห็นว่าจากง่ายไปหายาก ได้แก่ อิทธิบาท ๔, สติปัฏฐาน ๔, อินทรีย์ ๕, พละ ๕, โพชฌงค์๗, สัมมัปปธาน ๔ และอริยมรรคมีองค์ ๘ ไปเป็นลำดับ

บทที่ ๑ อิทธิบาท ๔

คำว่า **อิทธิบาท** ๔ หมายความถึงทางปฏิบัติเพื่อบรรลุความสำเร็จในกิจตามวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งพระพุทธองค์ได้ทรงแสดงว่าเป็นองค์ธรรมปฏิบัติเครื่องช่วยให้ตรัสรู้ อันชื่อว่า *โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ* แต่เฉพาะอิทธิบาทนั้นมีอยู่ ๔ ประการด้วยกัน คือ

ฉันทะ ได้แก่ความมีใจรักที่จะปฏิบัติกิจนั้นให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ได้ตั้งใจไว้ คำว่า "ใจรัก" นี้มีอยู่ ๒ ประการ คือ รักในกิจที่จะปฏิบัติ และรักในผลอันจะเกิดแต่กิจที่ปฏิบัตินั้นเองด้วย หากไม่มีใจรักที่จะปฏิบัติกิจเพื่อความบรรลุวัตถุประสงค์นั้นแล้ว ย่อมยากที่จะบรรลุความสำเร็จในกิจตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้นั้นได้ นี้ข้อหนึ่ง

วิริยะ ได้แก่ความพากเพียรพยายาม ไม่ย่อท้อหรือเกียจคร้านในการปฏิบัติกิจนั้นจนกว่าจะสำเร็จผลสมตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ นี้อีกข้อหนึ่ง

จิตตะ ได้แก่ความที่มีใจอันจดจ่ออยู่ในกิจที่ตั้งใจปฏิบัตินั้น เพื่อบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ โดยไม่ทอดทิ้งหรือวางธุระเสียกลางคัน นี้อีกข้อหนึ่ง

วิมังสา ได้แก่ความมีสติพิจารณาสอดส่องแนวทางปฏิบัติกิจนั้นด้วยปัญญา เพื่อให้ดำเนินไปด้วยดีมีประสิทธิภาพ หากมีปัญหาในทางปฏิบัติ ก็พึงมีสติรู้ และใช้ปัญญาพิจารณาแก้ไขแนวทางปฏิบัตินั้นให้ได้ผลที่ดี ที่ตรง และที่บริสุทธิ์ สมบูรณ์ ตามเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้

นี้เป็นทางปฏิบัติ ๔ ประการ ชื่อว่า "**อิทธิบาท ๔**" เครื่องช่วยให้ผู้ปฏิบัติบรรลุความสำเร็จในกิจทั้งปวงตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับผู้ศึกษาพระสัทธรรมและปฏิบัติพระสัทธรรมของสมเด็จพระ–สัมมาสัมพุทธเจ้าที่ได้ตรัสไว้ดีแล้วนั้น "**อิทธิบาท**" *เป็นองค์ ๔ ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ เครื่องช่วยให้ผู้ศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมตรัสรู้ในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ ตามพระพุทธองค์ เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันมีอวิชชาเป็นมูลรากฝ่ายเกิดแห่งทุกข์ทั้งปวง และเพื่อความบรรลุมรรค ผล นิพพาน ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์อันถาวร* ซึ่งเป็นเป้าหมายสำคัญของการศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมในพระบวรพุทธศาสนาได้

ก่อนที่จะทำความเข้าใจในอิทธิบาท ๔ ในรายละเอียด ผู้ศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมพึงพิจารณาถึงเป้าหมายหลักดังที่กล่าวนี้ด้วย แล้วจึงยกเอาอิทธิบาท ๔ มาใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้นี้ด้วยดีมีประสิทธิภาพ หากผู้ปฏิบัติมิได้พิจารณา

ความรู้แจ้งจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นด้วยตาหรือญาณของพระธรรมกาย ซึ่งเรียกว่า **"ความตรัสรู้"** ทั้งสิ้น *หาใช่เป็นการรู้เห็นด้วยวิญญาณของกายโลกีย์* (เช่น ของมนุษย์, ทิพย์, พรหม, หรืออรูปพรหม) *ไม่ เพราะการรู้เห็นด้วยวิญญาณของกายโลกีย์ดังกล่าวนั้น มีขีดความสามารถจำกัดอยู่เพียงการรู้เห็นได้แต่เพียงธรรมชาติในภพสามนี้เท่านั้น ทั้งนี้เพราะดวงวิญญาณยังถูกห่อหุ้มอยู่ด้วยอวิชชา จึงมีสภาพเหมือนลูกไก่อยู่ในกระเปาะไข่ ยังไม่เคยเห็นโลกภายนอก ต่อเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมได้เข้าถึงธรรมกายอันเป็นกายนอกภพ ซึ่งดวงวิญญาณของสัตว์นั้นพ้นจากการถูกห่อหุ้มด้วยอวิชชาแล้ว จึงขยายโตเต็มธาตุเต็มธรรม กลายเป็นญาณะ ซึ่งมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่ากับหน้าตักและความสูงของพระธรรมกายแล้ว และเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาต่อไปถึงธรรมกายพระอรหัต แล้วเจริญสมาบัติ ๘ ปล่อยความยินดีในฌานและปล่อยอุปาทานในขันธ์ ๕ หมดทุกกายแล้ว* ธรรมกายพระอรหัตหยาบก็จะตกสูญ ณ ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม คือ ตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ *ธรรมกายที่สุดละเอียดก็จะปรากฏขึ้นในอายตนนิพพาน จึงสามารถรู้เห็นด้วยญาณพระธรรมกายว่า พระนิพพาน* (คือธรรมกายที่บรรลุพระอรหัตตผลแล้ว) *นี่เองที่เป็นกาย นิจจัง สุขัง และอัตตา พ้นจากอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์, ส่วนสังขารธรรมทั้งหลายในภพสามที่จัดเป็นสังขตธาตุ สังขตธรรมนั้น ล้วนแต่ต้องตกอยู่ในอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์ คือ ความเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาทั้งสิ้น*

ความรู้แจ้งจากการที่ได้ทั้งเห็นและทั้งรู้ด้วยญาณหรือตาพระธรรมกายที่เรียกว่า **"ความตรัสรู้"** *จึงมีสภาวะดั่งลูกไก่ได้กระเทาะเปลือกไข่ออกมาเห็นโลกภายนอกตามที่เป็นจริงแล้ว*

ความสำเร็จแห่งความรู้แจ้งในลักษณะของธาตุธรรมสองฝ่ายนี้เอง จัดเป็นความรู้แจ้งในขั้นปรมัตถธรรมที่ควรรู้ เป็นความรู้แจ้งโดยการตรัสรู้ขั้นพื้นฐานสำหรับผู้ปรารถนาการบรรลุมรรค ผล นิพพาน ในทุกระดับภูมิธรรม

แต่ยังมีความรู้แจ้งที่สูงและละเอียดพิสดารยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีก ได้แก่ *ความรู้แจ้งในธาตุธรรมทั้งหลายของกายในกาย จนสุดกายหยาบและกายละเอียด* นับตั้งแต่ *กายมนุษย์, กายทิพย์, กายพรหม, กายอรูปพรหม และธรรมกาย ตลอดทั้งกายภาคผู้เลี้ยง, ภาคผู้สอด, ภาคผู้ส่ง, ภาคผู้สั่ง, ภาคผู้บังคับ, ภาคผู้ปกครอง, และต้น ๆ ธาตุ ต้น ๆ ธรรม ฯลฯ ของทุกสี, ทุกสาย (ได้แก่สายขาว, สายดำ, และสายกลาง ๆ) ทุกกาย, ทุกองค์, และทุกวงศ์* (ได้แก่วงศ์สัมมาทิฏฐิ, วงศ์มิจฉาทิฏฐิ และวงศ์กลาง ๆ) กับทั้งความรู้แจ้งในธาตุธรรมของ *อากาศโลก, ขันธโลก, สัตวโลก, นิพพานถอดกาย, นิพพานเป็น, ภพสาม, โลกันต์* และ *จักรวาล* ฯลฯ เป็นต้น เหล่านี้เป็นการตรัสรู้ของผู้ปรารถนาพระสัพพัญญุตตญาณหรือพระสัมมาสัมโพธิญาณ

๒. ปริญญาสิทธิ คือ *ความสำเร็จแห่งความรู้แจ้งในทุกขสัจจ์ที่ควรรู้* ได้แก่ ความรู้แจ้งในลักษณะของทุกข์ ทั้งที่เห็นได้ง่ายและที่เห็นได้ยากสำหรับปุถุชน ซึ่งจะกล่าวโดยส่วนรวม คือความรู้แจ้งในลักษณะของทุกข์ตามที่เป็นจริงว่าอุปาทานในขันธ์ ๕ นั้นเองเป็นตัวทุกข์ และความรู้แจ้งดังที่กล่าวนี้ ก็เป็นความรู้แจ้งจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นด้วยญาณของ

พระธรรมกาย ซึ่งเรียกว่าเป็นความตรัสรู้นั่นเอง และก็ต้องเป็นไปในญาณ ๓ คือ *สัจจญาณ* คือความรู้แจ้งว่าทุกข์นี้มีจริงอย่างไร *กิจจญาณ* คือความรู้แจ้งว่าทุกข์เหล่านี้พึงกำจัดให้หมดสิ้นไป และ *กตญาณ* คือความรู้แจ้งว่าทุกข์เหล่านี้ได้กำจัดให้หมดสิ้นไปแล้วเพียงใด

๓. ปหาณสิทธิ คือ *ความสำเร็จในการปหาณสมุทัยสัจจ์ที่ควรปหาณ* ซึ่งเป็นไปในญาณ ๓ อีกเช่นกัน กล่าวคือ *สัจจญาณ* คือความรู้แจ้งจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นว่า"อวิชชา"เป็นมูลรากฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งมวล, อาสวกิเลส ตัณหา อุปาทานในขันธ์ ๕ หรือสังขารธรรมทั้งหลาย เป็นเหตุให้เกิดทุกข์อย่างไร และมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันให้เกิดทุกข์ที่เรียกว่า "ปฏิจจสมุปบาทธรรม" อย่างไร และ "สัญโญชน์" คือกิเลสเครื่องร้อยรัดให้สัตว์ติดอยู่กับโลกอย่างไรตามที่เป็นจริง *กิจจญาณ* ความรู้แจ้งว่าสมุทัยเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้พึงต้องกำจัดให้หมดสิ้นไปโดยเด็ดขาด และ *กตญาณ* ความรู้แจ้งว่าสมุทัยเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายเหล่านี้ได้กำจัดให้หมดสิ้นไปโดยเด็ดขาดแล้วตามที่เป็นจริง เป็นต้น

๔. สัจฉิกิริยาสิทธิ คือ *ความสำเร็จแห่งความเห็นแจ้งในนิโรธสัจจ์ตามที่ควรเห็นแจ้ง* ก็เป็นความเห็นแจ้งจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นด้วยญาณพระธรรมกายซึ่งเรียกว่าตรัสรู้อีกเช่นกัน และความเห็นแจ้งนี้จะต้องเป็นไปในญาณ ๓ กล่าวคือ *สัจจญาณ* คือความเห็นแจ้งว่านิโรธคือสภาวะที่ทุกข์ดับเพราะเหตุดับนั้นมีจริงอย่างไร *กิจจญาณ* คือความเห็นแจ้งว่านิโรธนี้เป็นสิ่งที่พึงทำให้แจ้งอย่างไร และ *กตญาณ* คือความเห็นแจ้งว่านิโรธนี้ได้ทำให้แจ้งแล้ว

๕. ภาวนาสิทธิ คือ *ความสำเร็จในการเจริญแห่งมรรคสัจจ์ที่ควรเจริญ* มรรคสัจจ์นี้ได้แก่มรรคมีองค์ ๘ ประการ ซึ่งกล่าวโดยย่อก็ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ความสำเร็จแห่งการเจริญมรรคสัจจ์ทั้ง ๘ ประการเหล่านี้ ก็ต้องเป็นไปในญาณ ๓ กล่าวคือ *สัจจญาณ* ความเห็นแจ้งว่ามรรคสัจจ์ทั้ง ๘ ประการนี้เป็นทางปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ได้จริง *กิจจญาณ* ความเห็นแจ้งว่าอริยมรรคทั้ง ๘ นี้เป็นทางที่พึงต้องเจริญ และ *กตญาณ* ความเห็นแจ้งว่าอริยมรรคมีองค์ ๘ นั้นได้เจริญแล้ว

อนึ่ง ความสำเร็จแห่งกิจภาวนาอื่นหากได้มีความปรารถนาไว้ อย่างเช่น ความสำเร็จในสมาบัติ ๘ (รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔), วิชชา ๓, วิชชา ๘, อภิญญา ๖, จตุปฏิสัมภิทาญาณ และที่สูงขึ้นไปเป็น ทศพลญาณ รวมทั้ง ญาณ อันเป็นธรรมเครื่องช่วยในการโปรดสัตว์ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฯลฯ ก็สงเคราะห์เข้าในข้อภาวนาสิทธินี้ด้วย

ความเห็นแจ้งจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นด้วยญาณพระธรรมกาย ที่เรียกว่า **"ความตรัสรู้"** ในธรรมที่ควรรู้ทั้งหลายเหล่านี้เอง ที่สามารถช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถกำจัดสมุทัย เหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย และได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ตามศักดิ์แห่งบารมี และ *ธรรมกายที่ได้บรรลุพระอรหัตตผลแล้ว* ไม่ว่าจากการตรัสรู้พระอริยสัจจ์ หรือสูงขึ้นไปเป็นความตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ตาม เรียกว่า *พระนิพพาน* ซึ่งถ้าเข้า

อายตนนิพพานในระหว่างที่ยังมีชีวิตอยู่ เรียกว่า *สอุปาทิเสสนิพพาน* และถ้าเข้าอายตนนิพพานเมื่อกายเนื้อแตกทำลาย คือ ตายแล้ว เรียกว่า *อนุปาทิเสสนิพพาน*

อนึ่ง ยังมีข้อที่น่าสังเกตต่อไปอีกว่า ความสำเร็จในเป้าหมายต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้ ต่างมีเงื่อนไขที่ว่า *"ที่ควร"* เช่น ความสำเร็จแห่งความรู้แจ้งในปรมัตถธรรมที่ควรเห็นแจ้ง หรือความสำเร็จในการปหาณสมุทัยสัจจ์ที่ควรปหาณ ความสำเร็จแห่งการทำนิโรธให้แจ้งตามที่ควรเห็นแจ้ง หรือความสำเร็จแห่งการทำมัคคสัจจ์ให้เจริญตามที่ควรเจริญ เหล่านี้เป็นเพราะผู้ปฏิบัติธรรมต่างตั้งความปรารถนาในการบรรลุคุณธรรมต่างระดับกัน จึงต้องอาศัยการสั่งสมบารมีไม่เท่ากัน ความสำเร็จในเป้าหมายต่าง ๆ ที่กล่าวมาจึงไม่เท่ากัน *แต่อย่างน้อยก็ต้องเป็นความสำเร็จในขั้นพื้นฐานที่จะให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน*

พระพุทธองค์จึงได้แสดง **อิทธิบาท ๔** อันได้แก่ *ฉันทะ, วิริยะ, จิตตะ* และ *วิมังสา* (ดังที่ได้กล่าวถึงความหมายไว้โดยสังเขปแล้วตั้งแต่ต้น) *เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติให้บรรลุความสำเร็จ คือ ความตรัสรู้ในธรรมที่ควรรู้และเพื่อความบรรลุมรรค ผล นิพพาน* ดังที่จะได้กล่าวในรายละเอียดต่อไป

ตอนที่ ๑ ฉันทะเป็นอิทธิบาท (ฉนฺทิทฺธิปาท)

บัณฑิตผู้มีปัญญาย่อมอบรมฉันทะ คือความมีใจรักในการศึกษาและปฏิบัติธรรม เพื่อความบรรลุความสำเร็จ คือความรู้แจ้งในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ หรือสูงขึ้นไปถึงตรัสรู้พระสัพพัญญุตญาณ หรือพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน เหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย ได้บรรลุ มรรค ผล นิพพานตามศักดิ์แห่งบารมีของตน

ความจริงการที่บุคคลจะมีใจรัก คือ **ฉันทะ** ในการศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุความสำเร็จยิ่ง ๆ ขึ้นไปตามระดับภูมิธรรม ภูมิปัญญา และศักดิ์แห่งบารมีของแต่ละคนนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *การได้รู้เห็นทั้งเหตุและผลของการปฏิบัติธรรมจากประสบการณ์ในการศึกษา และปฏิบัติธรรมด้วยตนเองหนึ่ง และจากการได้ยิน ได้ฟัง หรือได้เรียนรู้จากผู้อื่นที่คนเชื่อถืออีกหนึ่ง เป็นเครื่องสร้างศรัทธาปสาทะให้มีใจรักที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรมให้บรรลุความสำเร็จสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงเป้าหมายสูงสุดที่ตนตั้งหรือปรารถนาไว้*

หากขาดปัจจัยที่สำคัญดังกล่าวนี้ ย่อมเป็นการยากที่จะมีใจรัก หรือยากที่จะอบรมฉันทะในการศึกษาและปฏิบัติธรรมให้บรรลุความสำเร็จดังที่กล่าวไว้

ที่นี้หากมาพิจารณาปัจจัยสำคัญดังที่กล่าวข้างต้นแล้วจะพบต่อไปอีกว่า

๑. **บุญบารมี** ที่ได้สร้างมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน มากน้อยแก่กล้าเพียงใด ย่อมเป็นพลังปัจจัยต่อความรู้แจ้งในพระสัทธรรม ให้ได้รู้เห็นทั้งเหตุผล และซาบซึ้งในคุณค่าของพระสัทธรรม จากประสบการณ์ในการศึกษาและปฏิบัติธรรมด้วยตนเองเพียงนั้น และ

๒. ในทางกลับกัน **บาปอกุศล** ที่ได้เคยกระทำมาแล้วด้วยกาย ด้วยวาจา และด้วยใจมาแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน อย่างเช่น ความมีจิตใจตระหนี่ คับแคบ เห็นแก่ตัว จึงกีดกั้นหรือปกปิดวิชชาความรู้ ที่อยู่อาศัย หรือกีดกันผู้อื่นมิให้ได้พบกับผู้ทรงคุณวุฒิด้วยใจริษยา ชักจูงผู้มีศรัทธาในทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศล ให้เสื่อมจากศรัทธาด้วยตัณหาและมิจฉาทิฏฐิ ติเตียนคุณพระพุทธ คุณพระธรรม และคุณพระอริยสงฆ์ และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ติเตียนพระธรรมที่ดีที่ตรง และที่ถูกต้องโดยความเห็นผิด ขัดขวางทางบุญกุศลของผู้อื่นที่จะได้หรือกำลังศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ และแม้แต่การส่งเสียงอึกทึกครึกโครม ทำลายความสงบของผู้ที่กำลังบำเพ็ญภาวนา เพื่อเจริญสมาธิและปัญญาเพื่อกำจัดกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลายเหล่านี้จะคอยส่งผลสะท้อนย้อนกลับมาสู่ตนให้มีแต่ความมืด มิให้เข้าถึงในธรรมที่ควรเข้าถึง มิให้เห็นแจ้งในธรรมที่ควรเห็นแจ้ง มิให้เจริญในธรรมที่ควรเจริญ มิให้บรรลุในธรรมที่ควรบรรลุ มิให้พบปะหรือรู้จักและได้คบค้ากับบัณฑิตผู้ทรงปัญญา ผู้ทรงวิชชาและจรณะ และกับสมณะผู้ทรงคุณวุฒิ จะได้พบและคบแต่คนพาลปัญญาโฉดหรือคนชั่วเป็นมิตร

๓. **อินทรีย์** คือ *ความเป็นใหญ่ในชีวิต* โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สัทธินทรีย์ – ความเชื่อ หรือความศรัทธาเป็นใหญ่, วิริยินทรีย์ – ความเพียรเป็นใหญ่, สตินทรีย์ – ความมีสติระลึกได้เป็นใหญ่, สมาธินทรีย์ – ความตั้งใจมั่น หรือสมาธิเป็นใหญ่ และปัญญินทรีย์ – ความมีปัญญาเป็นใหญ่ เหล่านี้เป็นต้น ที่ได้สร้างสมอบรมมาแก่กล้าเพียงใด ความรู้แจ้งในเหตุและผลของการปฏิบัติธรรมด้วยประสบการณ์ของตนเองก็จะมีมากขึ้นเพียงนั้น

๔. **ปฏิรูปเทสวาโส** คือ *การได้อยู่ในถิ่นที่สมควร* โดยเฉพาะอย่างยิ่งการได้เข้าศึกษาความรู้และรับการฝึกอบรมในสำนักปฏิบัติธรรมที่ดี ที่เจริญ ที่สมบูรณ์พร้อมด้วยพระปริยัติสัทธรรม พระปฏิบัติสัทธรรม และพระปฏิเวธสัทธรรม กล่าวคือ สำนักที่สมบูรณ์พร้อมด้วยหลักการแห่งพระธรรมอันพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว เพรียบพร้อมด้วยการปฏิบัติธรรมที่เคร่งครัดในศีล ที่เจริญแก่กล้าด้วยสมาธิและปัญญา พร้อมทั้งวิชชาเครื่องดับอวิชชาอันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งปวง และจรณะ ๑๕ มุ่งตรงต่อการบรรลุมรรค ผล นิพพาน ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง ก็จะเป็นเครื่องส่งเสริมความรู้แจ้งในธรรมที่ควรรู้ พร้อมทั้งเหตุและผล ให้เข้าถึงในธรรมที่ควรเข้าถึง ให้เจริญในธรรมที่ควรเจริญ ให้บรรลุในธรรมที่ควรบรรลุ อันจะเป็นทางให้ *เกิดศรัทธาปสาทะ* และ *เจริญฉันทะ* ในการศึกษาและปฏิบัติธรรม เพื่อความบรรลุความสำเร็จตามที่ปรารถนาได้

๕. การมีโอกาสได้พบ ได้เห็น ได้รู้จัก และได้คบค้าสมาคม และ ได้เป็นศิษย์ของคนดี ผู้เป็นบัณฑิตโดยคุณธรรม ผู้มีปัญญา ทรงวิชชาและจรณะ และ ผู้ถึงซึ่งความสงบ ดังมีพระบาลีว่า *กลฺยาณมิตฺตา* – การได้คบมิตรที่ดี *ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา* – การได้คบแต่บัณฑิต และ *สมณานญฺจ ทสฺสนํ* – การได้รู้จักผู้เป็นสมณะ

การได้เข้าศึกษาหาความรู้ในสำนักที่ดี ที่เจริญ ที่สมบูรณ์พร้อมด้วยพระปริยัติ–สัทธรรม พระปฏิบัติสัทธรรม และพระปฏิเวธสัทธรรมเท่านั้นยังไม่สมบูรณ์ แต่พึงต้องรู้จักและคบค้ากับเพื่อนร่วมปฏิบัติธรรม และได้เป็นศิษย์ของครูที่ดี ที่มีปัญญา ทรงวิชชาและจรณะ และผู้ถึงซึ่งความสงบกาย สงบวาจา และสงบใจให้มากที่สุดเท่าที่จะพึงทำได้

คำว่า "**คนดี**" นี้ หมายถึงว่า ถ้าเป็น "**มิตร**" หรือเพื่อนร่วมปฏิบัติธรรมก็เป็น "**มิตรแท้**" มิตรแนะนำประโยชน์ มิตรผู้ไม่ทอดทิ้งในยามวิบัติ และมิตรผู้คอยป้องกันมิตร (คือตัวเราเอง) ที่ประมาทแล้ว เป็นต้น ถ้าเป็น "**ครู**" ก็เป็น "**ครูแท้**" ที่ถ่ายทอดวิชชาความรู้ให้แก่ศิษย์ตามระดับภูมิธรรมที่พึงจะถ่ายทอดให้ได้โดยไม่ปิดบัง คอยระวังป้องกันศิษย์ในทิศทั้งหลาย คอยสนับสนุนช่วยเหลือค้ำจุนศิษย์ในทางที่ถูกที่ควรจนเต็มความสามารถ และเป็นผู้ทรงเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา พรหมวิหารแก่ศิษย์ ฯลฯ เหล่านี้รวมเรียกว่า "**คนดี**"

คำว่า "**บัณฑิต**" **โดยคุณธรรม ผู้มีปัญญา ผู้ทรงวิชชาและจรณะ** ณ ที่นี้ หมายเอาบัณฑิตโดยคุณธรรม และเป็นผู้ทรงปัญญา ทรงวิชชาและจรณะด้วย *คุณธรรมของบัณฑิต* ก็เป็นตรงกันข้ามกับคนพาล กล่าวคือ

๑) บัณฑิต ย่อมเป็นผู้ที่คิดแต่เรื่องที่ดีที่ชอบ เป็นผู้มีอัธยาศัยที่ไม่โลภ ไม่ทะเยอทะยานอยากได้ อยากมี อยากเป็นจนเกินขอบเขต พอใจแสวงหาในขอบเขตแห่งศีลธรรม ยินดีในสิ่งที่ตนจะพึงหาได้ในทางที่ชอบ เป็นผู้มีอัธยาศัยไม่โหดร้าย ไม่อิจฉาริษยา ไม่อาฆาตพยาบาทปองร้าย ประกอบด้วยพรหมวิหาร และบัณฑิตเป็นผู้มีอัธยาศัยไม่ลุ่มหลง มีสติสัมปชัญญะเป็นตัวนำพิจารณาในเหตุสังเกตในผลที่ดีที่ชอบ รู้ทางเจริญ ทางเสื่อม รู้จักเปลือก รู้จักกระพี้ รู้จักแก่น รู้จักสิ่งที่เป็นสาระประโยชน์ และที่ไม่ใช่สาระประโยชน์ตามที่เป็นจริง รู้จักบาปบุญ คุณโทษ และเป็นสัมมาทิฏฐิ และเป็นผู้รู้บุญคุณของผู้มีพระคุณ เป็นต้น

๒) บัณฑิต กล่าวแต่ถ้อยคำที่ชอบ พูดแต่คำพูดที่จริง พูดแต่คำพูดสมานไมตรี ไม่ยุให้รำตำให้รั่วในหมู่คณะ พูดแต่คำไพเราะ และพูดแต่คำพูดที่มีประโยชน์ตามความเหมาะสมแห่งกาล–เทศะและบุคคล เป็นต้น

๓) บัณฑิต ทำแต่กรรมที่ดี งดงามด้วยสีลาจารวัตร ไม่ล่วงละเมิดศีลด้วยเจตนาอันเป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เหล่านี้เป็นคุณธรรมของบัณฑิต

ส่วนที่ว่า **เป็นผู้มีปัญญา เป็นผู้ทรงวิชชาและจรณะ** ด้วยนั้น ณ ที่นี้ "**ปัญญา**" หมายถึง

"**วิปัสสนาปัญญา**" คือ *ความรู้แจ้งในสามัญญลักษณะ* ได้แก่ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา *ของนาม-รูป หรือสังขารธรรม ที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง* เช่น อวิชชา ตัณหา เป็นต้น *นี้ฝ่ายสังขตธาตุ สังขตธรรม* และ *ความรู้แจ้งในความเป็นนิจจัง สุขัง* และ *อัตตาของธรรมชาติที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง ได้แก่ ธรรมกาย พระนิพพาน และอายตนนิพพาน* เป็นต้น

"**โลกุตตรปัญญา**" เป็นความรู้แจ้งสูงขึ้นไปอีก *คือความรู้แจ้งในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔* อันได้แก่ ทุกขสัจจ์ สมุทัยสัจจ์ นิโรธสัจจ์ และมรรคสัจจ์ ซึ่งเป็นไปในญาณ ๓ คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ รวมเป็นมีรอบ ๑๒

"**วิชชา**" หมายถึง วิชชา ๓ วิชชา ๘ อันรวมถึงวิปัสสนาวิชชา (ธรรมเครื่องดับอวิชชา อันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งปวงให้หมดสิ้นไปอีกด้วย)

"**จรณะ**" หมายถึง จรณะ ๑๕ ได้แก่ *ศีลสังวร อินทรียสังวร โภชเนมัตตัญญุตา ชาคริยานุโยค ศรัทธา สติ หิริ โอตัปปะ พาหุสัจจะ อุปักกะโม* (คือความเพียรไม่ลดละ) *ปัญญา* และ *รูปญาณ ๔*

คำว่า "**สมณะ**" หมายถึง *ผู้มีกิริยาสงบ วาจาสงบ* และเป็น *ผู้มีใจสงบ* หากจะพิจารณาดูความเป็นสมณะในทางปฏิบัติแล้ว ก็จะเห็นอาการทางกาย ทางวาจา และทางใจว่า

สมณะ จะไม่ทำอันตรายต่อผู้ใด ด้วยกาย วาจา และใจ

สมณะ ไม่เป็นผู้เห็นแก่ลาภ ยศ สรรเสริญ และความสุขอย่างชาวโลก

สมณะ เป็นผู้บำเพ็ญสมณธรรม อันมีศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อกำจัดกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน เพื่อความวิมุติหลุดพ้นจากทุกข์อันถาวร

สมณะ เป็นผู้บำเพ็ญตบะ ได้แก่ ขันติ ทาน ศีล เมตตา ปัญญา ธุดงควัตร และอินทรีย–สังวร เป็นต้น

อนึ่ง นอกจากบุคคลผู้มีคุณธรรม ผู้ทรงปัญญา วิชชาและจรณะ ๑๕ ดังที่กล่าวข้างต้นแล้ว *สำหรับท่านผู้ปฏิบัติธรรมซึ่งละสัญโญชน์* (กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลก) ชั้นต่ำได้ ๓ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้โดยเด็ดขาดแล้ว นับว่าท่านได้ *บรรลุมรรคผลเป็นพระอริยบุคคล* ขั้น *พระโสดาบัน* ถ้าโลภะ โทสะ โมหะ ท่านเบาบางยิ่งขึ้นไปอีก นับว่าท่านได้บรรลุมรรคผลเป็นพระอริยบุคคลขั้น *พระสกิทาคามี* ถ้าสามารถละปฏิฆานุสัยและกามราคานุสัยได้โดยเด็ดขาด ท่านได้บรรลุมรรคผลเป็นพระอริยบุคคลขั้น *พระอนาคามี* และถ้าท่านละสัญโญชน์เบื้องสูงได้อีก ๕ คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา อันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดได้โดยเด็ดขาดเป็นสมุจเฉทปหาณ ท่านก็ได้บรรลุมรรคผลเป็นพระอริย–บุคคลขั้น *พระอรหันต์*

ผู้มีบุญบารมีอันสร้างสมอบรมมาแก่กล้ามาก เคยได้กระทำบาปอกุศลมาน้อย มีอินทรีย์แก่กล้า ได้เข้าสู่สำนักที่ดี ที่เจริญ และสมบูรณ์พร้อมด้วยพระปริยัติสัทธรรม พระปฏิบัติสัทธรรม และพระปฏิเวธสัทธรรมสูง ได้มีโอกาสรู้จักและคบค้ากับหรือได้เป็นศิษย์ของคนดี ผู้เป็นบัณฑิตโดยคุณ

ธรรม ผู้มีปัญญา ผู้ทรงวิชชาและจรณะ และผู้เป็นสมณะหรือพระอริยบุคคล ผู้ทรงคุณวุฒิสูง ก็ย่อมมีโอกาสได้รู้เห็นทั้งเหตุและผลของการปฏิบัติธรรมด้วยประสบการณ์ของตนเอง และได้ยินได้ฟังและได้เรียนรู้จากบุคคลที่เชื่อถือได้ ซึ่งย่อมช่วยเสริมสร้างศรัทธาปสาทะให้มีใจรัก คือ ฉันทะ ในการศึกษาและปฏิบัติธรรม เพื่อบรรลุความสำเร็จสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงเป้าหมายสูงที่สุดที่ตนตั้งความปรารถนาไว้ได้

เพราะฉะนั้น บัณฑิตผู้มีปัญญาจึงพึงอบรมฉันทะเป็นอิทธิบาทโดยแนวทางที่กล่าวนี้ จึงจะเจริญและบรรลุความสำเร็จไปสู่เป้าหมายตามปรารถนาได้

ตอนที่ ๒ วิริยะเป็นอิทธิบาท (วิริยิทฺธิปาท)

เมื่อสาธุชนผู้สนใจในการศึกษาและปฏิบัติธรรม ได้รับความรู้ในเหตุและในผลของการศึกษา และปฏิบัติจากตำรับตำรา ครูอาจารย์ และจากเพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมที่ดี ที่ทรงคุณธรรม ผู้ทรงวิชชาแก่กล้าและจรณะแล้วย่อม *เกิดศรัทธาปสาทะ* และย่อม *อบรมฉันทะ* คือ *ความมีใจรักที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรม เพื่อความตรัสรู้ในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ หรือสูง ๆ ยิ่ง ๆ ขึ้นไป เป็นความตรัสรู้พระสัพพัญญุตญาณ* หรือ *พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ เพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ตามระดับภูมิธรรมและศักดิ์แห่งบารมีที่สร้างสมอบรมมายิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงเป้าหมายสูงที่สุดที่ตั้งความปรารถนาไว้ได้*

เมื่อ "**ฉันทะ**" คือ *ความมีใจรักที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรมเจริญขึ้น ย่อมจะชักนำธรรมข้ออื่น ๆ* ได้แก่ "**วิริยะ**" คือความเพียรพยายามในการศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุความสำเร็จที่ตั้งความปรารถนาไว้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป เรียกว่า "**วิริยะเป็นอิทธิบาท**" ด้วยใจอันจดจ่ออยู่กับการศึกษาและปฏิบัติธรรมนี้อยู่เนืองนิจ เพื่อให้บรรลุความสำเร็จดังกล่าว เรียกว่า "**จิตตะเป็นอิทธิบาท**" และด้วยความพินิจพิจารณาในเหตุของการปฏิบัติธรรมและในผลที่ได้รับจากการปฏิบัติธรรม เพื่อให้การศึกษาและปฏิบัติธรรมดำเนินไปโดยถูกต้องร่องรอยของพระสัทธรรมของพระพุทธเจ้าที่ได้ตรัสไว้ดีแล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เพื่อให้ได้รับความสำเร็จที่ถูกต้องและสมบูรณ์ตามที่ปรารถนาไว้ เรียกว่า "**วิมังสาเป็นอิทธิบาท**" *ให้เจริญตามกันไปได้โดยง่าย เพราะมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันอย่างใกล้ชิด และเป็นทั้งเหตุและผลในซึ่งกันและกันอีกด้วย* กล่าวคือ

เมื่อบุคคลได้เรียนรู้ในเหตุที่พึงต้องปฏิบัติธรรม ว่า "**อวิชชา**" เป็นรากเหง้าแห่งกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย *จึงเป็นสิ่งที่ผู้มีปัญญาพึงศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดเหตุและต้นเหตุเหล่านั้น เพื่อความดับทุกข์อันถาวร โดยการเจริญพระอริยมรรคมีองค์ ๘* หรือจะกล่าวโดยย่อก็ได้แก่การรักษาศีล และปฏิบัติพระกัมมัฏฐานเพื่อเจริญสมาธิและปัญญาให้รู้แจ้งเห็นจริงในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ ดังนี้แล้ว *ย่อมมีใจรัก (ฉันทะ) ที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรมให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป และลงมือปฏิบัติเพื่อให้เห็นและบรรลุผลตามที่มุ่งหมายไว้*

เริ่มตั้งแต่ *เพียรพยายาม (วิริยะ) รักษาศีล* ตั้งแต่น้อยข้อไปหามาก อย่างเช่น ตั้งแต่ศีล ๕ ซึ่งเป็นศีลของฆราวาส สูงขึ้นไปเป็นศีล ๘ ของอุบาสกอุบาสิกา ศีล ๑๐ ของสามเณร และศีล ๒๒๗ ของพระสงฆ์ *ด้วยใจจดจ่อ (จิตตะ) ในการรักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ* และ *ด้วยความพินิจพิจารณาในเหตุ และสังเกตในผล (วิมังสา) ของการรักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป* จากศีลในขั้นหยาบ (หีนศีล) ซึ่งประกอบด้วยภูมิปัญญาอันต่ำ ไม่เข้าใจในเหตุและผลที่ตนพึงรักษาโดยแจ่มแจ้ง เพราะยังประกอบด้วยอาสวกิเลสที่หนาแน่นอยู่ เช่น การรักษาศีลด้วยความปรารถนาในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หรือสมบัติในภพ ไปสู่การรักษาศีลในขั้นกลาง ๆ (มัชฌิมศีล) อันประกอบด้วยภูมิปัญญาปานกลาง มีความเข้าใจในเหตุและผลที่บุคคลพึงต้องรักษาให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ รู้อานิสงส์ของการรักษาศีลและโทษของการประพฤติผิดศีลแจ่มแจ้งยิ่งขึ้นพอประมาณ มุ่งรักษาศีลเพื่อให้เป็นบุญ ซึ่งผู้รักษาแม้จะยังมีอาสวกิเลสอยู่ แต่ก็เบาบางลงเรื่อย ๆ มิใช่รักษาเพื่อลาภสักการะ หรือเพื่อข่มผู้อื่น ๆ ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น แล้วเพียรพยายามรักษาศีลที่สูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปถึงการรักษาศีลที่ละเอียดประณีต (ปณีตศีล) อันประกอบด้วยปัญญาอันอุดมเข้าใจในอานิสงส์ของการรักษาศีลและโทษของการผิดศีลโดยแจ่มแจ้ง มุ่งรักษาศีลเพื่อเป็นเครื่องละบาปอกุศลเหล่านี้ จัดเป็น *โลกุตตรศีล* หรือ *อริยกันตศีล* ซึ่งเป็นศีลของพระอริยเจ้าตั้งแต่พระโสดาบันบุคคลขึ้นไป และโดยที่ท่านมีอาสวกิเลสอันเบาบางลงเรื่อย ๆ มากแล้ว จึงเรียกว่า *วิสุทธิศีล* อันเป็นปัจจัยต่อความบริสุทธิ์แห่งจิต (วิสุทธิจิต) และความบริสุทธิ์แห่งปัญญา (วิสุทธิปัญญา) ด้วยความรู้แจ้งเห็นจริง คือ "**ความตรัสรู้ในพระอริยสัจจ์**" นั่นเอง

ส่วน *ศีลของพระอรหันตบุคคลผู้มีอาสวกิเลสอันหมดสิ้นแล้ว* นั้น *เนื่องด้วยกายพระนิพพานของท่าน* คือ *พระธรรมกายที่บรรลุพระอรหันต์แล้ว เป็นวิมุติทั้งสิ้นเสียแล้ว ดวงศีล ดวงสมาธิ และดวงปัญญาของพระนิพพานของท่านจึงเป็น วิมุตติศีล วิมุตติจิต และวิมุตติปัญญา ซึ่งซ้อนกันเป็นชั้น ๆ เข้าไปข้างใน กลมกลืนเป็นดั่งดวงเดียวกัน มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๒๐ วาเท่ากับหน้าตักและความสูงของพระนิพพาน ใสบริสุทธิ์ยิ่งนัก และมีรัศมีสว่างตามศักดิ์แห่งบารมีของแต่ละองค์ไม่เท่ากัน*

"**ศีล**" *ในทางปฏิบัตินั้น* โดยปกติหมายเอา *การสำรวมกาย วาจา ไว้ด้วยดี เรียบร้อย ไม่มีโทษ* คือ งดเว้นจากการประพฤติอันเป็นบาป อกุศลทั้งหลาย ทั้งทางกายและวาจา โดยเด็ดขาดอย่างน้อยตั้งแต่ศีล ๕ ขึ้นไป เช่นเดียวกับพระอริยสาวกในพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้านี้ นี่นับเป็นแต่เพียง "**ศีล โดยปริยายเบื้องต่ำ**" เท่านั้น

แต่วัตถุประสงค์ของการรักษาศีลนั้น สูงยิ่งขึ้นไปกว่านี้ กล่าวคือ เมื่อผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมได้เพียรพยายามรักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ด้วยใจจดจ่อสำรวมระวังศีลตามพระปาฏิโมกข์ได้อย่างเคร่งครัด เว้นข้อที่พระพุทธองค์ได้ทรงห้าม ปฏิบัติตามข้อที่พระพุทธองค์ได้ทรงอนุญาต ถึงพร้อมด้วยมารยาทและโคจร มีปกติเห็นโทษภัยทั้งหลายแม้ว่าเป็นเพียงโทษเล็กน้อย สามารถศึกษาอยู่ในสิกขาบทน้อยใหญ่ทั้งหลาย จึงจะจัดเป็น "**ศีล โดยปริยายเบื้องสูง**"

คือ *อธิศีล* (ศีลยิ่ง) เบื้องต้น เพราะมีความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา และทั้งเจตนาอันเป็นความคิดอ่านทางใจ ดังมีพระบาลีที่ว่า *เจตนาหํ ภิกฺขเว สีลํ วทามิ* ซึ่งแปลความว่า *ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่า เจตนา ความคิดอ่านทางใจนั่นแหละ เป็นศีล* ศีลโดยปริยายเบื้องสูง หรืออธิศีลนี้แหละ จึงเป็นเครื่องกลั่นกรอง กาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไปกว่าศีลโดยปริยายเบื้องต่ำ *แต่ก็ยังไม่จัดเป็น อธิศีล* (ศีลยิ่ง) แท้ ๆ *เพราะยังไม่เป็นที่ตั้งของสมาธิได้*

ความจริง *เจตนาความคิดอ่านและความประพฤติปฏิบัติที่เป็นปกติดี เรียบร้อย สละสลวยนั้นก็มีจากอธิศีลเบื้องต้นนั้นแหละ แต่ถ้าใจซึ่งเป็นต้นของเจตนายังไม่หยุด ไม่นิ่ง ยังไม่จดติดอยู่กับศีลอันยิ่งนี้แล้ว ก็ยังนับเป็นแต่เพียงเจตนาศีลหรือศีลที่รู้เท่านั้นเอง เพราะยังไม่เป็นที่ตั้งของสมาธิได้*

ที่จะเป็นที่ตั้งของสมาธิได้ จะต้องเป็นศีลบริสุทธิ์ในพระกัมมัฏฐาน เรียกว่า "**สีลานุสสติ**" กล่าวคือ *ผู้ศึกษาและปฏิบัติตามพึงเพียรพยายาม* (วิริยะ) *รักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ ด้วยจิตใจอันจดจ่อ* (จิตตะ) *สำรวมระวัง กาย วาจา และใจ มิให้ประพฤติเป็นพิรุธบกพร่องอยู่ตลอดเวลา ด้วยความพินิจพิจารณาในเหตุ สังเกตในผล* (วิมังสา) *ของการรักษาศีล เพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจอยู่เสมอ แล้วก็รำลึกถึงความบริสุทธิ์นั้นอยู่เสมอ*

ความบริสุทธิ์นั้นอยู่ที่ใด?

ก็อยู่ที่ตรงกลางกำเนิดเดิม คือศูนย์กลางกายตรงเหนือระดับสะดือประมาณ ๒ นิ้วมือ ตรงนั้นจะมี *"ว่าง"* เป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทร

ที่ว่าเป็น "**กำเนิดเดิม**" ก็เพราะว่า *เมื่อแรกจะปฏิสนธินั้น* "**ใจ**" *อันประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด และความรู้ ของบิดา ของบุตร และของมารดา จะรวมหยุด ณ ที่ตรงนั้น เมื่อใจกับกำเนิดเดิม* (เป็นที่ตั้งของดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ใสบริสุทธิ์ประมาณเท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ อย่างเล็กเท่าดวงดาวในอากาศ อย่างโตเท่าดวงจันทร์หรือดวงอาทิตย์) *ประกอบกันถูกส่วนเข้าก็จะถึงดวงศีล* (ซึ่งอยู่ในท่ามกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้นแหละ) ดวงศีลนี้มีขนาดเท่าดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้นแหละ แต่ใสละเอียดกว่าดวงธรรม เป็นการ *เห็นศีลด้วยใจ "ศีลที่เห็น"* นี้แหละจึงจัดเป็น "**อธิศีล**" (ศีลยิ่ง) *แท้ ๆ เป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์จริง ๆ ให้ละเอียด ประณีตยิ่งไปกว่าศีลที่รู้หรือเจตนาศีลในทางปริยัติไปอีก เพราะเมื่อใจหยุดนิ่ง จดติดอยู่ ณ ตรงกลางดวงศีลนี้แล้ว เป็นอันสะอาดบริสุทธิ์ทั้งกาย ทั้งวาจา และใจ ตลอดทั้งเจตนาอันเป็นความคิดอ่านทั้งหลาย และ ศีลนี้แหละเป็นที่ตั้งของสมาธิ* กล่าวคือ *เมื่อจดใจหยุดในหยุดลงไปที่กลางดวงศีลนี้ถูกส่วนเข้า ก็จะถึงและเห็น* "**ดวงสมาธิ**" *หรืออธิจิต (จิตยิ่ง) เมื่อจดใจหยุดในหยุดลงไปในกลางดวงสมาธิก็จะถึง* "**ดวงปัญญา**" *หรืออธิปัญญา (ปัญญาอันยิ่ง) อันจะเป็นไปเพื่อวิมุติ และ วิมุตติญาณทัศนะ* ต่อไปตามลำดับ

"ดวงศีล" หรือ *อธิศีล* (ศีลยิ่ง) *แท้ ๆ* นี้ และ *ดวงสมาธิ* (อธิจิต) *ดวงปัญญา* (อธิปัญญา) *อันไปตามเพื่อความวิมุติ และวิมุตติญาณทัศนะ ซึ่งตั้งอยู่ตรงกลางกำเนิดเดิมของกายมนุษย์นี้ มีอยู่ในศูนย์*

กลางของกายทุกกาย ตั้งแต่กายโลกียะ คือกายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหม และกายอรูปพรหม จนถึงกายโลกุตตร คือธรรมกายทั้งหยาบและละเอียด จนสุดกายหยาบกายละเอียดทีเดียว เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาผ่านกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เป็น ณ ภายในละเอียดเข้าไปแล้วจะเห็นได้

เคยมีผู้สงสัยว่า *ศีลของพระภิกษุมีตั้ง ๒๒๗ ข้อ จะรักษาได้อย่างไรไหว?*

คำตอบก็คือว่า *เมื่อผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมเพียรรักษาศีล และเจริญภาวนาประกอบกันไปด้วยจนถึงดวงศีลหรืออธิศีลนี้แล้ว รักษาแต่เพียงดวงกลมใสนั้นไว้เรื่อย ๆ โดยเอาใจจดอยู่ ณ ศูนย์กลางดวงศีล ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมนั้น ให้ชำนาญในทุกอริยาบถ ให้เห็นอยู่เสมอ คือนั่งก็ให้เห็นใสอยู่เสมอ จะยืน จะเดิน จะนอนก็ให้เห็นใสอยู่เสมอ ไม่ให้หายไปไหน ก็เป็นอันคุมได้หมด* ดังบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า *มโนปุพฺพํ คมาธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา* ซึ่งแปลความว่า *ธรรมทั้งหลาย มีใจถึงก่อน มีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จแล้วด้วยใจ* กล่าวคือ *ถ้าใจชั่วจะคิดก็คิดชั่ว จะพูดจะทำอะไรก็พูดแต่เรื่องชั่ว ทำแต่กรรมที่ชั่ว ถ้าใจดีสะอาดบริสุทธิ์แล้ว จะคิดก็คิดแต่เรื่องที่ดี ที่เป็นกุศล จะพูดจะทำสิ่งใดก็ย่อมพูดแต่คำพูดที่ดี กระทำแต่กรรมที่ดี ที่เป็นบุญกุศลเป็นธรรมดา*

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเข้าถึงดวงศีล คือ "**อธิศีล**" แท้ ๆ นี้ ละเอียดประณีตยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงอธิศีลของกายทิพย์ กายพรหม กายอรูปพรหม และสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงอธิศีลของกายธรรมต่อ ๆ ไปจนสุดละเอียดเช่นนี้แล้ว *ศีลของตนจะบริสุทธิ์หรือจะมัวหมองอย่างไร กาย วาจา และใจของตนจะสะอาดบริสุทธิ์เพียงไหน ก็จะสามารถรู้เห็นได้เอง*

จากการพิจารณาเห็นความบริสุทธิ์หรือความมัวหมองแห่งดวงศีลนี้ด้วยตัวเองตามที่เป็นจริง และเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีศีลสังวรอันบริสุทธิ์อยู่ด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสาเพียงใด

อินทรียสังวร คือความสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อันเป็นทางผ่านเข้ามาของสิ่งที่จะก่อให้เกิดอารมณ์จากภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัสทางกายและธรรมารมณ์ทางใจ มิให้สยบอยู่ในอารมณ์ที่น่ารัก หรือมิให้เคียดแค้นชิงชังในอารมณ์ที่ไม่น่ารัก ก็ยิ่งจะบริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น

นี่ว่ากันด้วย *เรื่องการอบรม ฉันทะ วิริยะ ซึ่งชักนำไปสู่การอบรม จิตตะ และวิมังสา ด้วย เพื่อการศึกษาและปฏิบัติธรรมให้บรรลุความสำเร็จตามที่ปรารถนาไว้* โดยเริ่มกล่าวถึงการรักษาศีลจากน้อยไปหามาก จากหยาบไปหาละเอียด จากเจตนาศีลอันเป็นเพียงศีลรู้ในทางปริยัติสูงขึ้นไปเป็นอธิศีล (ศีลยิ่ง) คือศีลเห็น อันเป็นศีลบริสุทธิ์ในกัมมัฏฐาน และสูงขึ้นไปถึงวิสุทธิศีลของพระอริยเจ้า และวิมุตติศีลของพระอรหันตเจ้า

และเมื่อพิจารณาถึงวัตถุประสงค์ของการรักษาศีลแล้ว ก็จะเห็นว่า *การอบรมอิทธิบาท* โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *การอบรม วิริยิทธิปาท นี้ ย่อมเป็นไปเพื่อเพียรกำจัดบาปอกุศลให้หมดไปจาก*

จิตสันดาน ๑ เพียรระวังบาปอกุศลมิให้เกิดขึ้นในสันดาน ๑ เพียรยังกุศลให้เกิดขึ้นในสันดาน ๑ และเพียรรักษากุศลไว้มิให้เสื่อมอีก ๑ นั่นเอง

ตอนที่ ๓ จิตตะเป็นอิทธิบาท (จิตฺติทฺธิปาท)

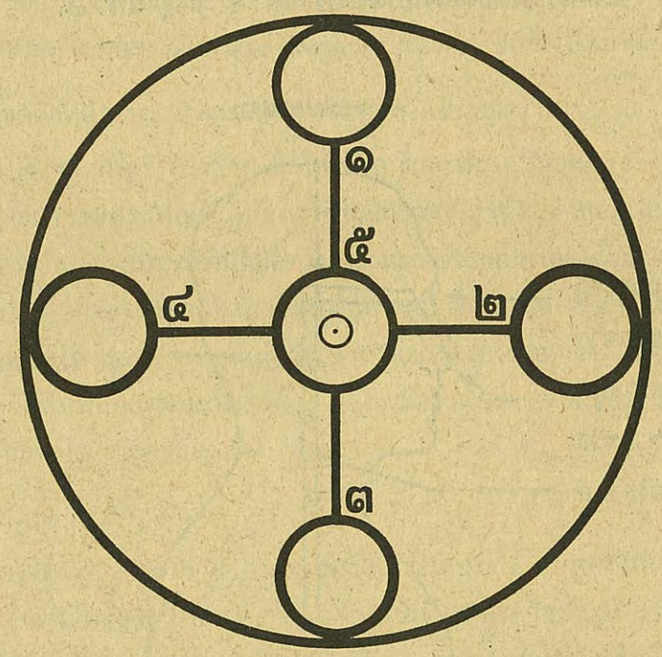
เมื่อบุคคลได้เรียนรู้เหตุและผลของการปฏิบัติธรรม เกิดศรัทธาปสาทะและมีใจรักที่จะศึกษาและปฏิบัติธรรมด้วยความเพียรพยายาม และด้วยใจจดจ่ออยู่เนืองนิจ ด้วยความพินิจพิจารณาในเหตุสังเกตในผลของการศึกษาและปฏิบัติธรรม ให้ได้ผลตรงตามเป้าหมาย ตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ และตามศักดิ์แห่งบารมีของแต่ละท่าน – – ซึ่งในเรื่องการอบรมฉันทะและวิริยะเป็นอิทธิบาทนั้น ได้กล่าวเน้นหนักไปในเรื่องการรักษาศีลจากน้อยไปหามาก จากหยาบไปหาละเอียด จากเจตนาศีล ซึ่งเป็นศีลรู้ในทางปริยัติ สูงขึ้นไปเป็นอธิศีลถึงศีลเห็นหรือศีลบริสุทธิ์ในกัมมัฏฐานที่เรียกว่า *"สีลานุสสติ"* และ *วิสุทธิศีล* และ *วิมุตติศีล* ตามลำดับ

คราวนี้จะได้กล่าวเน้นในเรื่อง *การอบรมจิตตะเป็นอิทธิบาท* และหนักไปในด้านการเจริญภาวนาเพื่อเจริญสมาธิและปัญญา ที่เรียกว่า **"สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน"** *เพื่อกำจัดกิเลสนิวรณ์* อันเป็นกิเลสในระดับกลาง และ *อนุสัยกิเลส* อันเป็นกิเลสละเอียด *ให้หมดสิ้นไป* เป็น *วิกขัมภณปหาณ* และ *สมุจเฉทปหาณ* ตามลำดับ ซึ่งจะพลอยให้ศีลบริสุทธิ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเป็นอธิศีล วิสุทธิศีล และวิมุตติศีลต่อ ๆ ไปตามลำดับอีกด้วย

ตาม *มหาสติปัฏฐานสูตร* ข้อ *ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน* คือ *การมีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมเป็นทั้งภายในและภายนอก ข้อแรกที่สุด นั้น* ก็คือ *การพิจารณาเห็นกิเลสนิวรณ์* อันได้แก่ *กามฉันทะ พยาบาท อุทธัจจะ วิจิกิจฉา* และ *ถีนะมิทธะ ในตนเองว่ามีกิเลสเหล่านี้แม้แต่เพียงอย่างใดอย่างหนึ่งหรือไม่ แล้วก็เพียรกำจัดเสีย เพราะกิเลสนิวรณ์เหล่านี้ แม้แต่อย่างใดอย่างหนึ่ง หากเกิดขึ้นภายในจิตใจของตนเองแล้วย่อมเป็นธรรมเครื่องขวางกั้นคุณความดี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ทำให้จิตใจเศร้าหมอง มิอาจเห็นสภาวะจริงของธรรมชาติ ทั้งที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง* และ *ทั้งที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง ตามที่เป็นจริงได้ ความเข้าใจ* หรือ *เห็นแจ้งในอรรถ* คือ *ถ้อยคำของพระสัทธรรมทั้งหลาย ความเห็นแจ้งในธรรมชาติที่เป็นจริงที่สุด* ที่เรียกว่า *พระอริยสัจจธรรม* นั้น *ก็ไม่มีทางที่จะเป็นไปได้* ซึ่งนั่นก็หมายความว่า *ความตรัสรู้ในพระอริยสัจจธรรม* และ *สูงขึ้นไปเป็นความตรัสรู้พระสัพพัญญุตตญาณ ก็ไม่อาจเป็นไปได้* นั่นเอง

และ *เพราะว่าความตรัสรู้ดังที่กล่าวนั้น ก็เป็นการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นด้วยตาหรือญาณของพระธรรมกาย หากกิเลสนิวรณ์เกิดขึ้นภายในจิตใจแม้แต่อย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมทำให้การเข้าถึงพระธรรมกายซึ่งเป็นกายตรัสรู้ก็มิอาจเป็นไปได้อีกเช่นกัน หรือแม้เมื่อถึงธรรมกายแล้ว มิพิจารณาเห็นกิเลสนิวรณ์เพื่อ*

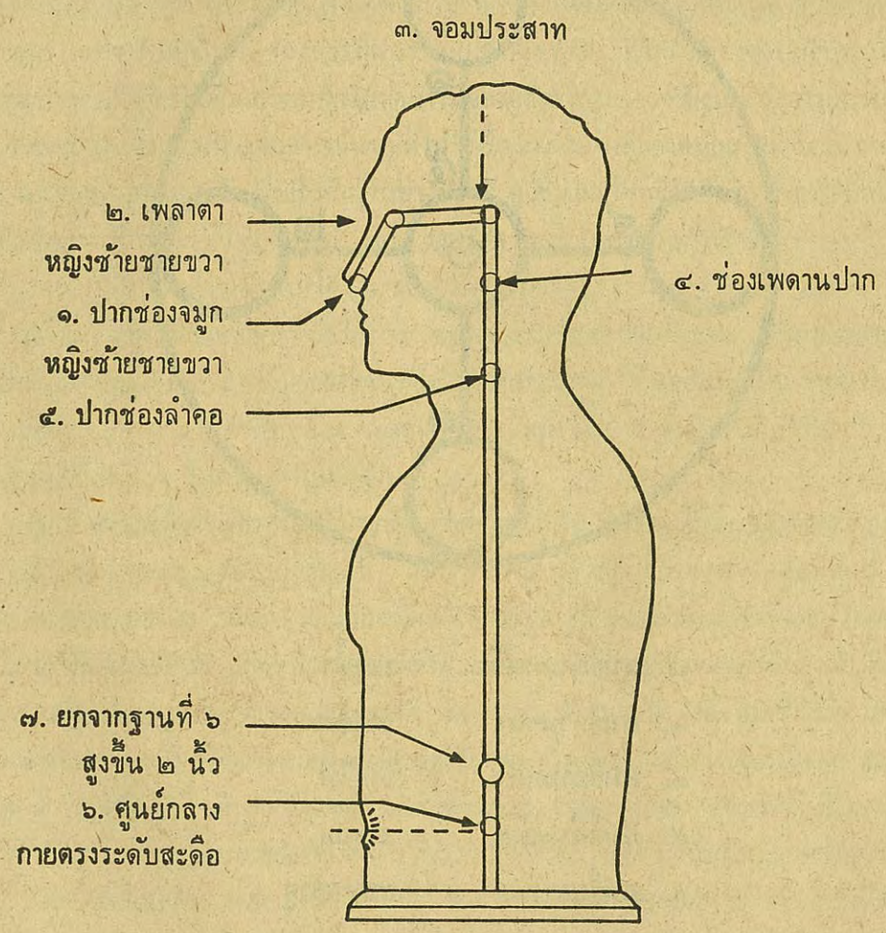
ลักษณะของฐานที่ ๗



๑.	ศูนย์ด้านหน้า	ธาตุน้ำ
๒.	ศูนย์ด้านขวา	ธาตุดิน
๓.	ศูนย์ด้านหลัง	ธาตุไฟ
๔.	ศูนย์ด้านซ้าย	ธาตุลม
๕.	ศูนย์กลาง	อากาศธาตุ

รูปด้านข้างผ่าซีก

แสดงที่ตั้งของดวงนิมิตจากฐานที่ ๑ ถึงฐานที่ ๗



กำจัดให้หมดสิ้นไปคราวใดหรือขณะใด ธรรมกายก็จางหายไปตามส่วนแห่งกิเลสนิวรณ์ที่เข้ามาครอบคลุมจิตใจด้วย

เพราะฉะนั้น ผู้มีปัญญาจึงเพียรกำจัดกิเลสนิวรณ์นี้ให้หมดไปจากจิตสันดานอยู่เสมอ เพียรระวังมิให้กิเลสนิวรณ์นี้เกิดขึ้นในสันดานอีก เมื่อจิตใจใสสะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสนิวรณ์แล้ว ก็เพียรเจริญภาวนาชำระจิตใจ ทำปัญญาให้บริสุทธิ์ เสริมสร้างบุญกุศลให้เกิดขึ้นในจิตสันดานยิ่ง ๆ ขึ้นไป แล้วเพียรระวังรักษาบุญกุศล คือความบริสุทธิ์ในไตรทวารไว้มิให้เสื่อม *ด้วยใจอันจดจ่ออยู่ในพระสัทธรรมอันบริสุทธิ์นั้นอยู่เสมอ* เรียกว่า **จิตตะเป็นอิทธิบาท**

ทำใจให้จดจ่ออยู่ในพระสัทธรรมอันบริสุทธิ์นั้นเป็นอย่างไร ?

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเพียรระวังรักษาศีลให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์อยู่เสมอ เรียกว่ามี *ศีลสังวร* หมั่นมีสติพิจารณาความประพฤติปฏิบัติทางกายและวาจามิให้แสดงออกเป็นการล่วงละเมิดศีล ให้มีเจตนางดเว้นความประพฤติปฏิบัติทางกายและวาจาอันเป็นโทษหรือความทุกข์เดือดร้อนแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น ด้วยอวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน ซึ่งเป็นข้อที่พระพุทธองค์ได้ทรงห้ามไว้ อย่างนี้อยู่เสมอแล้ว ความประพฤติปฏิบัติที่แสดงออกทางกาย ทางวาจาก็ยิ่งบริสุทธิ์ ไม่พิรุธเสียหาย จิตใจก็ย่อมพลอยสงบตามไปด้วย -- *เมื่อกายและวาจาบริสุทธิ์ และจิตใจก็สงบอยู่อย่างนี้ ก็พึงระลึกถึงความบริสุทธิ์นี้อยู่เสมอ*

ระลึกที่ไหน?

ก็ระลึกตรงศูนย์กลางกาย ต้นทางลมหายใจเข้าออก เกือบสุดลมหายใจเข้าออกนั้นแหละ เหนือระดับสะดือประมาณสองนิ้วมือ มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทร เรียกว่าศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ **ตรงนี้แหละ เป็นฐานที่ตั้งถาวรของใจ** กล่าวคือ เวลาที่สัตว์จะไปเกิด มาเกิด หรือจะดับ จะหลับ จะตื่น ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายซึ่งมีดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ รวมเรียกว่า "ใจ" ซ้อนอยู่ จะลอยขึ้นมาจากศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดี เด่นขึ้นมาตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นี้ แล้วก็จะตกสูญลงไปยังฐานที่ ๖ อีกต่อไป..... ฯลฯ

เมื่อใจกับกำเนิดเดิมประกอบกันถูกส่วนเข้า กล่าวคือเมื่อ "ใจ" อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ *รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นี้* มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทร *อันเป็นกำเนิดธาตุธรรมเดิม* หยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุดที่ตรงกลางกำเนิดเดิมนี้ *นิ่งสนิทเป็นจุดเดียวกันแล้ว* ใจก็จะตกสูญไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดี แล้วดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ เป็นดวงกลมใสบริสุทธิ์ประมาณเท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ อย่างเล็กเท่าดวงดาวในอากาศ อย่างโตเท่าดวงจันทร์

ดวงอาทิตย์ ซึ่งมี "ใจ" อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ดวงใหม่ที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ จะปรากฏลอยเด่นขึ้นมายังศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ใสแจ่มและสว่างดังดาวประกายพรึกทีเดียว

เมื่อจดใจหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด นิ่งลงไปที่กลางของกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นี้ ก็จะเห็นภายในดวงนี้มีศูนย์อยู่ ๕ ศูนย์ คือศูนย์กลาง ศูนย์ข้างหน้า ศูนย์ข้างขวา ศูนย์ข้างหลัง และศูนย์ข้างซ้าย และมีสายใยสีขาวใสบริสุทธิ์เส้นเล็ก ๆ เชื่อมจากศูนย์เล็ก ๆ ที่ลอยอยู่รอบนอกแต่ละศูนย์มาจดที่ศูนย์กลาง ดวงใสดวงเล็ก ๆ ภายในดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นี้เอง คือ *ธาตุละเอียด* ซึ่งควบคุมธาตุส่วนหยาบที่ประกอบกันขึ้นเป็นกายให้อยู่ในสภาวะที่พอเหมาะ กล่าวคือ ศูนย์ข้างหน้าเป็นธาตุส่วนละเอียดที่ควบคุมของเหลวภายในร่างกาย เรียกว่า *ธาตุน้ำ,* ศูนย์ข้างขวาเป็นธาตุละเอียดที่ควบคุมส่วนที่หยาบของร่างกาย เรียกว่า *ธาตุดิน,* ศูนย์ข้างหลังเป็นธาตุละเอียดทำหน้าที่ควบคุมอุณหภูมิภายในร่างกาย เรียกว่า *ธาตุไฟ,* ศูนย์ข้างซ้ายเป็นธาตุละเอียดทำหน้าที่ควบคุมลมปราณภายในร่างกาย เรียกว่า *ธาตุลม* และศูนย์ที่ตรงกลางเป็นธาตุละเอียดทำหน้าที่ควบคุมช่องว่างภายในร่างกาย เรียกว่า *อากาศธาตุ,* ตรงกลางอากาศธาตุคือ *วิญญาณธาตุ* ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์เมื่อธาตุละเอียดทั้งหลายเหล่านี้วิปริตแปรปรวน ไม่อยู่ในสภาวะที่พอเหมาะ เพราะมีเหตุปัจจัยมากระทบ มีวิบากจากกรรมชั่วที่ได้เคยประกอบกรรมปานาติปาต คือเคยได้ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตมาให้ผล ก็จะมีผลให้กายหยาบ ไม่สบายหรือเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าเหตุปัจจัยเหล่านี้กระทบกระเทือนธาตุละเอียดดังกล่าวอย่างรุนแรงจนควบคุมกันไม่ติด ธาตุหยาบของสังขารร่างกายก็แตกดับ คือตาย

ที่เรียกดวงธรรมดวงนี้ว่า "**ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์**" ก็เพราะว่า *สัตว์มาได้ความเป็นมนุษย์เพราะดวงธรรมดวงนี้* กล่าวคือเมื่อสัตว์มีคุณธรรมในระดับ *มนุษย์ธรรม* อันเกิดแต่มีความบริสุทธิ์กาย และวาจา และใจ ก็จะมีผลให้กลุ่มธาตุละเอียดของสัตว์นั้น ขาว ใส สะอาดบริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่างขึ้นภายในกลุ่มธาตุละเอียดที่รวมตัวกันเป็นดวง ตั้งอยู่ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม ตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทรนี้แหละ เวลาที่สัตว์จะดับหรือตาย ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ อันมี "ใจ" ซึ่งประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ เดิม จะตกสูญลงไป ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ถ่ายทอดกุศลกรรมไว้ที่ธาตุธรรมละเอียดของกายมนุษย์ละเอียด แล้วดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด ซึ่งประกอบด้วย "ใจ" ดวงใหม่ และมีกายทิพย์ซ้อนอยู่ภายในดวงธรรมนี้ ก็จะลอยเด่นขึ้นมายังศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ แล้วตกสูญกลับไปยังฐานที่ ๖ อีกทีหนึ่ง แล้วก็ต่อไปยังฐานที่ ๕ ปากช่องลำคอ, ฐานที่ ๔ ตรงเพดานปาก, ฐานที่ ๓ ตรงกลางกั๊กศีรษะ, ฐานที่ ๒ ตรงเพลาตา และออกจากฐานนี้ไปยังฐานที่ ๑ ปาก ช่องจมูก ไปเข้าช่องจมูกของบิดา (ถ้าเป็นหญิงจะเข้าทางปากช่องจมูกซ้าย ชายจะเข้าทางปากช่องจมูกขวาของ

บิดา) แล้วก็จะผ่านเข้าไปยังฐานที่ ๒, ที่ ๓, ที่ ๔, ที่ ๕, ฐานที่ ๖, และฐานที่ ๗ ของบิดาต่อไปตามลำดับ

ภายใน ๗ วันที่พักอยู่ ณ ศูนย์กลางกายของบิดานี้ เมื่อบิดาและมารดาประกอบธาตุธรรมกันถูกส่วน กล่าวคือ "ใจ" ของบิดา – ของบุตร (หรือธิดา) และมารดา อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ซึ่งซ้อนอยู่ตรงกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมของทั้ง ๓ คน หยุดนิ่งสนิท ตรงกันเมื่อใด อายตนภพมนุษย์ของมารดาก็จะดึงดูดดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด ซึ่งมีกายทิพย์ซ้อนอยู่ด้วยนี้ ให้ลอยเด่นขึ้นมายังศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ของบิดา แล้วจึงตกสูญลงไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖, แล้วก็ออกไปตามฐานต่าง ๆ คือฐานที่ ๕, ที่ ๔, ที่ ๓, ที่ ๒, และที่ ๑ คือปากช่องจมูกของบิดา แล้วไปเข้าปากช่องจมูกของมารดา เป็นฐานที่ ๑ และผ่านเข้าไปยังฐานที่ ๒, ที่ ๓, ที่ ๔, ที่ ๕, ที่ ๖, และที่ ๗ อันเป็นศูนย์กลางกาย (เหนือระดับสะดือประมาณสองนิ้วมือ) ของมารดา เป็นการ *ตั้งปฏิสนธิวิญญาณ* ณ ที่ตรงนี้

อนึ่งมีข้อสังเกตว่า การไปเกิดมาเกิดของสัตว์นี้ ไปด้วยกายมนุษย์ละเอียดซึ่งมีกายทิพย์ซ้อนอยู่ภายใน กายทิพย์นั้นมีขนาดสูงใหญ่ถึง ๘ ศอก เวลาเข้าหรือออกจากกายมนุษย์ของบิดาและมารดาก็ไปด้วยกายทิพย์นี้ ซึ่งบางท่านอาจจะสงสัยว่าเข้าออกได้อย่างไร ในเมื่อกายมนุษย์หยาบนี้เล็กกว่ากายทิพย์เป็นไหน ๆ และดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียดซึ่งกายทิพย์ซ้อนอยู่นั้นเล่า ก็โตประมาณไม่เกินดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ กายทิพย์จะซ้อนอยู่ภายในได้อย่างไร – ข้อนี้ขออธิบายเป็นอุปมาว่า หากท่านใช้กระจกเงาขนาดประมาณสักเท่าฝ่ามือส่องดูภาพของสิ่งที่โตใหญ่กว่าขนาดกระจก เช่น เจดีย์ ตึกรามบ้านช่อง หรือปราสาทราชมณเฑียรเห็นได้อย่างไร กายทิพย์หรือกายที่ละเอียด ๆ ก็สามารถอยู่ในดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ซึ่งมีขนาดเล็กกว่า และสามารถผ่านเข้าออกในกายมนุษย์หยาบได้ในทำนองนั้นเหมือนกัน การเจริญภาวนาโดยจดใจอันประกอบด้วย ดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ให้หยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด ให้ได้ถูกศูนย์ถูกส่วนแล้ว ก็จะเห็นของใหญ่อยู่ภายในของเล็กได้อย่างนี้ และนี่ก็เป็นสภาวะที่แท้จริงของธรรมชาติอีกอย่างหนึ่งเหมือนกัน

ดวงธรรม ที่ปรากฏเห็นอยู่ *ณ ศูนย์กลางกายของมนุษย์ ซึ่งเป็นที่ประชุมธาตุละเอียด* และ *มนุษย์ธรรม* จากความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจของสัตว์ในระดับนี้เอง ที่ชื่อว่า **ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์**

และหากกาย วาจา และใจบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไปอีก ถึงระดับ *ทิพยธรรม* และ *พรหมธรรม* ก็จะเป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้ได้เข้าถึงกายทิพย์ และกายพรหม หรือสูงขึ้นไปเป็นอรูปพรหม เรียกว่าดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ เป็นกายพรหม กายอรูปพรหมตามลำดับ ตั้งแต่ยังมีชีวิตอยู่นี้แหละ

หรือเมื่อทรงคุณธรรมนี้อยู่ เมื่อจะเคลื่อนจากภพเดิม (คือตาย) ก็จะได้ไปบังเกิดเป็นทิพย์ พรหม หรืออรูปพรหม ตามศักดิ์แห่งบุญบารมีต่อไป

และหาก *มีความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ขึ้นไปยิ่งกว่านี้อีก เกินความดีสูงสุดของสัตว์ในภพสามไปแล้ว ก็จะถึงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ซึ่งเป็นกายที่พ้นโลก เป็นวิสุทธิขันธ์* ซึ่งผู้มีปัญญาพึงศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อความเข้าถึง และเจริญภาวนาเพื่อความบริสุทธิ์ยิ่งๆ ขึ้นไป ดำรงความใสสว่างแห่งดวงธรรมและพระธรรมกายที่เข้าถึงนั้นให้เห็นใส ละเอียด อยู่ตลอดเวลา ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะพึงทำได้

แต่ในทางตรงกันข้าม หากสัตว์หรือมนุษย์มีความประพฤติปฏิบัติทางกาย ทางวาจา และทางใจ อันเป็นบาปอกุศล ด้วยอำนาจของอวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน เป็นเหตุนำหรือเหตุหนุน ย่อมส่งผลให้ดวงธรรมอันเป็นที่ประชุมของธาตุละเอียดของสัตว์นั้นเศร้าหมอง และเป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้กายในกายของสัตว์นั้นเศร้าหมอง *ถ้าหากถึงขนาดที่ธรรมสัญญาแห่งมนุษย์ธรรมขาดจากใจ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์เดิมก็ดับ* (ตกสูญ) *และจะปรากฏเป็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นสัตว์ในทุคติปรากฏขึ้นมาแทนที่ กายมนุษย์ละเอียดซึ่งเป็นกายในกายมนุษย์หยาบของผู้นั้นก็ยิ่งเศร้าหมองหนัก เป็นกายทุคติไป ธรรมดวงอื่น ๆ คือธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ พรหม อรูปพรหม ตลอดถึงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายก็ดับ กายสุคติตลอดถึงธรรมกายก็ดับตามกันหมด จิตของผู้นั้นก็จะมืด ไม่เห็นกาย เวทนา จิต และธรรมที่เป็นสุคติหรือโลกุตตร และด้วยผลแห่งบาปอกุศลนี้ ก็จะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้กายเนื้อหรือกายมนุษย์หยาบของผู้นั้นไม่สุข สบาย มีแต่ความทุกข์เดือดร้อนเพราะผลแห่งกรรมชั่วนั้นตามส่วนความรุนแรงของเหตุปัจจัยเหล่านั้น ถ้าตายไปในสภาวะนี้ก็มีทุคติเป็นที่ไปในเบื้องหน้าแน่นอน*

การรู้เห็นความเกิด ความดับของสัตว์ หรือรู้เห็นความเกิดดับของขันธ์ ๕ หรือที่เรียกโดยย่อว่า นาม - รูป โดยกุศลหรืออกุศลกรรมเป็นเหตุเป็นปัจจัย ชัดแจ้งตามธรรมชาติที่เป็นจริงอย่างนี้ ย่อมรู้เห็นได้ด้วยตาหรือญาณของพระธรรมกาย ซึ่งเป็นกายตรัสรู้นั่นเอง และใคร่ขอเน้นว่า **ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นี้สำคัญนัก เพราะเป็นที่ตั้งถาวรของใจ กล่าวคือเวลาที่สัตว์จะไปเกิด มาเกิด จะดับ จะหลับ จะตื่น หรือแม้จะเข้ามรรค ผล นิพพาน ก็จะต้องเป็นที่ตรงนี้**

โดยเหตุนี้ *พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ฯ ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า จึงได้แนะนำ* **ให้ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายหมั่นรำลึกถึงความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ อยู่ ณ ศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗นี้เสมอ** เมื่อ "ใจ" กับกำเนิดเดิมประกอบกันถูกส่วนเข้า กล่าวคือเมื่อดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิดและดวงรู้ อันบริสุทธิ์ หยุดนิ่งสนิทเป็นจุดเดียวกันตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมนี้แล้ว ก็จะตกสูญลงไป ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ แล้วจะปรากฏเห็นเป็นดวงกลม สีขาว ใส บริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่างดังดาวประกายพรึก เกิดขึ้น ณ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เรียกว่า *ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์* มีขนาดประมาณเท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ อย่างเล็กเท่าดวงดาวในอากาศ อย่างโตขนาดประมาณเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ *ดวงธรรมดวงนี้เอง เป็นที่ประชุมธาตุละเอียดและมนุษย์ธรรม* ดังที่กล่าวมาแล้ว และเนื่องด้วย *เป็นบันไดขั้นต้นของการเจริญภาวนาเพื่อเข้าถึงดวงธรรมและกายที่ละเอียด ๆ ยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงธรรมกาย* และ *ให้สามารถพิจารณาพระอริยสัจจ์* ในกายมนุษย์ ทิพย์พรหม อรูปพรหม ให้รู้แจ้งเห็นจริงตามธรรมชาติที่เป็นจริง และ *ให้สามารถกำจัดกิเลส อวิชชาตัณหา อุปาทาน และสัญโญชน์ กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลก ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน* ต่อไป จึงชื่อว่า **"ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน"** หรือ **"ดวงปฐมมรรค"**

เพื่อให้ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมสามารถเจริญภาวนาเข้าถึงดวงปฐมมรรคนี้สะดวกขึ้น พระเดชพระคุณหลวงพ่อจึงได้ค้นพบอุบายวิธีการเจริญภาวนาในขั้นสมถะเพื่อบรรลุความสำเร็จดังกล่าว ดังต่อไปนี้

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมมีศีลสังวร และหมั่นระลึกถึงความบริสุทธิ์กาย วาจา อยู่เสมอ แล้วก็เพียรพยายามทำให้ "ใจ" อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ให้หยุด ให้นิ่ง เป็นจุดเดียวกัน โดย *หมั่นตรึกนึกให้เห็นเครื่องหมาย เป็นภาพดวงแก้วกลมใส* ขนาดประมาณเท่าดวงตา *ขึ้น ณ ที่ปากช่องจมูก* (หญิงให้กำหนดใจให้เห็นที่ตรงปากช่องจมูกซ้าย ชายให้เห็นตรงปากช่องจมูกขวา) พร้อมด้วยนึกท่องในใจเพื่อประคองเครื่องหมายที่ใสสะอาดนั้นว่า *"สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ"* และให้ใจอยู่ในกลางดวงแก้วกลมใสนั้นให้ใจจดนิ่งที่ตรงกลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงกลมใสนั่นไว้เรื่อยพยายามตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใสใจจดอยู่ในกลางดวงที่ใส คือให้เห็นจุดเล็กใสที่กลางดวงใส ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสนั่นไว้เรื่อยนี้เป็น *ฐานที่ ๑,*

แล้วจึงให้นึกเลื่อนภาพดวงแก้วกลมใสนั้นช้า ๆ เข้าไปหยุดนิ่งตรง *เพลาตาหรือหัวตาด้านใน* (หญิงให้เห็นอยู่ตรงหัวตาด้านซ้าย ชายให้เห็นอยู่ทางหัวตาด้านขวา) ถึงแล้วก็ให้หยุดเครื่องหมายไว้ที่นั่น พร้อมด้วยนึกว่าในใจ "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" พร้อมด้วยตรึกนึกให้เห็นดวงที่ใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใส คือให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสตรงศูนย์กลางดวงกลมใสนั่นไว้เรื่อย นี่เป็น *ฐานที่ ๒,*

แล้วก็ค่อย ๆ นึกเลื่อนเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสที่เห็นนั้นเข้าไปตรง ๆ ช้า ๆ และไปหยุดนิ่ง *ตรงกลางกั๊กศีรษะ* พอดี พร้อมด้วยบริกรรมภาวนา คือนึกว่าในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" ตรึกนึกให้เห็นดวงที่ใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใสนั่นไว้เรื่อยต่อไปอีก นี่เป็นฐานที่ตั้งของใจ *ฐานที่ ๓,*

แล้วค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั้นลงไปตรง ๆ ช้า ๆ ไปหยุดอยู่ที่ *เพดานปาก* นี่เป็น *ฐานที่ ๔* ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใส พร้อมกับบริกรรมภาวนา นึกว่าในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ"

แล้วค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั้น *ไปหยุดที่ปากช่องลำคอ* นี่เป็น *ฐานที่ ๕* หยุดนิ่งอยู่ที่นั่น ตรึกนึกให้เห็นดวงที่ใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใสนั่นไว้เรื่อย พร้อมด้วยบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" เพื่อประคองเครื่องหมายนั่นไว้,

แล้วค่อย ๆ นึกเลื่อนเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั้นลงไปช้า ๆ ตามเส้นทางลมหายใจเข้าออก ลงไปตรง ๆ *ไปหยุดนิ่งตรงศูนย์กลางกาย ตรงที่สุดลมหายใจเข้าออก ตรงระดับสะดือพอดี* นี่เป็น *ฐานที่ ๖* ให้เครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั้นหยุดนิ่งลงที่นั่น พร้อมด้วยบริกรรมภาวนาเพื่อประคองนิมิตนั่นไว้ว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใส คือให้เห็นจุดเล็กใสที่กลางของกลางดวงใสนั่นไว้เรื่อย,

แล้วจึงค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั้นกลับขึ้นมาตรง ๆ มาหยุดอยู่ตรงเหนือ *ระดับราวสะดือประมาณ ๒ นิ้วมือ* นี่เป็นที่ตั้งของใจ *ฐานที่ ๗* ให้ดวงแก้วกลมใสหยุดนิ่งลงที่นั่น พร้อมด้วยบริกรรมภาวนานึกว่าในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" ไปเรื่อย ๆ พร้อมด้วยตรึกนึกให้เห็นดวงที่ใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใส คือให้เห็นกลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงใสนั่นไว้เรื่อย (มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทร) *ให้กำหนดบริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนาอยู่ตรงนั้น มิให้คลาดจากกัน* คือ *พยายามตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใสไว้เรื่อย อย่าให้ขาดตอน และให้เห็นกลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงใสเข้าไว้เรื่อย ให้จดใจแต่เพียงแผ่วเบาลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงแก้วกลมใสนั้น พร้อมด้วยนึกว่าในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" ไปเรื่อย ร้อยครั้ง พันครั้ง ไม่ว่ามดจะไต่ หรือยุงจะตอม ก็อย่าได้สนใจ แม้แต่ลมหายใจเข้าออกก็อย่าได้ไปตาม เพียงแต่ให้มีสติรู้อยู่ ณ ที่กลางของกลางจุดเล็กใสนั่นไว้ก็พอ*

เมื่อ *"ใจ"* อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ค่อย ๆ มารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน นิ่งสนิทยิ่งขึ้น ก็จะตกสูญลงไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ เอง ในกรณีเช่นนี้ ผู้ปฏิบัติภาวนาจะค่อย ๆ รู้สึกเหมือนตัวเบา หวิว ความรู้สึกภายนอกน้อยลง ๆ จนบางรายลืมบริกรรมภาวนาไปเลยก็มี หรือบางรายรู้สึกเหมือนกับไม่ได้หายใจ เพราะใจมารวมจดนิ่ง หยุดในหยุดอยู่กับบริกรรมนิมิต คือภาพที่นึกให้เห็นด้วยใจเป็นดวงแก้วกลมใส และจดใจเข้าไปเห็นกลางของกลางจุดเล็กใสนั่นไว้เรื่อย ใจจึงเริ่มขาดจากความสัมผัสกับอารมณ์ภายนอก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเสียง หรือแม้แต่มดจะไต่หรือยุงจะตอมก็ไม่รู้สึก แต่กลับจะไปเห็นสว่าง ณ ภายในกลางของกลางเครื่องหมายดวงแก้วกลมใสนั่นแหละ *พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนและตกสูญแล้ว ก็จะปรากฏเห็นดวงกลมใสแจ่มบังเกิดขึ้น* คือ *ดวงปฐมมรรค* หรือ *ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์* นั่นเอง *เมื่อเห็นแล้ว ก็อย่ายินดียินร้าย และไม่ต้องบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง" อีก คงให้จดใจลงเบา ๆ ลง ณ ที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงใสนั่นไว้ ก็จะเห็นภายในดวงธรรมนั้นมีศูนย์อยู่ ๕ ศูนย์ คือศูนย์กลาง หน้า ขวา หลัง ซ้าย ซึ่งเป็นธาตุละเอียดที่มาประชุมกัน* ดังที่กล่าวแล้วข้างต้น

เมื่อเห็น *ดวงปฐมมรรค* แล้ว ก็ให้ผู้ปฏิบัติภาวนาหยุดบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง" นั้นเสีย คงปล่อยใจให้ดิ่งลงไป ๆ รวมใจหยุดในหยุดลงไปเบา ๆ ที่ตรงกลางดวงปฐมมรรคนั้น มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทร ให้ใจอันประกอบด้วย ดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ จดนิ่งรวมหยุดเป็นจุดเดียวกันที่นั่น ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงใสแต่เพียงแผ่วเบา เมื่อใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะตกสูญจะเห็นศูนย์กลางนั้นขยายตัวว่างออกไป แล้วจะปรากฏดวงกลมใสแจ่มดวงใหม่เกิดขึ้นมาอีก คือ *ดวงศีล* หรือ *อธิศีล* ดังที่ได้เคยกล่าวมาแล้ว ใสละเอียดยิ่งไปกว่าดวงธรรมอีก

ทีนี้ก็ให้จดใจหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด ลงไปที่กลางดวงศีลนั้น ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสประมาณเท่าปลายเข็มที่ตรงศูนย์กลางดวงศีลนั้นต่อไปอีก พอใจหยุดถูกส่วนเข้า ก็จะเห็นศูนย์กลางนั้นขยายตัวว่างออกไปอีก แล้วจะเห็น *ดวงปัญญา* ใสสว่างยิ่งกว่าดวงศีลปรากฏขึ้นมาอีก ก็ให้จดใจลงไปในกลางของกลางดวงปัญญานั้นต่อไปอีก ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงปัญญานั้นต่อไปอีก พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไปอีก ก็จะเห็น *ดวงวิมุติ* ปรากฏขึ้นมาอีก ใสละเอียดยิ่งไปกว่าดวงเดิม ก็ให้จดใจหยุดในหยุดลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุติต่อไปอีก ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสนั้น พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางดวงวิมุติก็จะขยายตัวว่างออกไปอีก ก็จะเห็น *ดวงวิมุตติญาณทัศนะ* เป็นดวงกลมใสละเอียด ปรากฏขึ้นมาตรงนั้นอีก

ก็ให้จดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะนั้น มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม ให้เห็นกลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสนั้นแต่เพียงแผ่วเบา พอใจหยุดถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไปอีก ทีนี้ก็จะเห็น *กายมนุษย์ละเอียด* มีลักษณะหน้าตาเหมือนผู้ปฏิบัติภาวนาเองทุกประการ แต่ใสละเอียด ประณีตยิ่งกว่ากายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อ หรือบางรายก็จะเห็นกายพระพุทธรูป ขาว ใสบริสุทธิ์เหมือนแก้วเจียระไน อย่างเล็กประมาณคืบหนึ่ง ขนาดมาตรฐานปานกลางถึง ๕ วา หรืออาจจะโตกว่านั้น นั่งในท่าขัดสมาธิหันหน้าไปทางเดียวกับเรา

ไม่ว่าท่านจะเห็นกายละเอียดกายใดก็ตาม ให้ผู้ปฏิบัติภาวนารวมใจหยุดในหยุด นิ่ง ลงไปที่ศูนย์กลางกายละเอียดที่เห็นปรากฏขึ้นมานั้น โดยค่อย ๆ สำรวมความรู้สึกนั้นเป็นกายละเอียดนั้นไปเลย เสมือนหนึ่งเราเป็นกายนั้น เพื่อรวมใจของกายมนุษย์ละเอียดหรือกายธรรมที่ปรากฏขึ้นมานั้นให้ไปหยุดที่ศูนย์กลางกายละเอียดนั้นได้ถูกส่วน อย่าสนใจใยดีกับกายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อ ถ้าใจยังยึดติดอยู่กับกายเนื้อหรืออีกนัยหนึ่งอุปาทานยังไม่ขาดจากกายเนื้อ ก็จะเห็นกายละเอียดไม่ชัด และไม่สามารถเข้ากลางของกลาง ๆ ๆ เข้าไปถึงดวงธรรมและกายที่ละเอียด ๆ ต่อไปได้อีก การเห็นกายในกายเวทนาในเวทนา จิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม เป็น ณ ภายในเข้าไป ก็จะไม่ก้าวหน้า *จึงให้*

ค่อย ๆ นึกสรวมความรู้สึกเป็นกายละเอียดที่เกิดขึ้นใหม่เรื่อยไป ค่อย ๆ นึกเข้าไปแต่เพียงแผ่วเบา อาจจะรู้สึกขัด ๆ หน่อยในตอนแรก ต่อ ๆ ไปก็จะค่อย ๆ ชำนาญไปเอง และจะเจริญภาวนาก้าวหน้าและได้ผลมาก นี้เป็นเคล็ดลับสำคัญของการเจริญภาวนาผ่านกาย เวทนา จิต และธรรมเข้าไปยังสุดละเอียดอย่างมีประสิทธิภาพ และมีผลให้ "ใจ" อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ซึ่งขยายส่วนหยาบเจริญเติบโตออกมาเป็นกาย ใจ จิต และวิญญาณนั้น *หลุดจากอุปาทานในขันธ์ ๕* (คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ) *ของกายหยาบ ต่อ ๆ ไปจนสุดละเอียดของกายในภพสาม* คือของมนุษย์ ทิพย์ พรหมและอรูปพรหม *แล้วจึงจะหลุดจากอุปาทานในขันธ์ของกายในภพสามนี้ เข้าสู่ธรรมขันธ์ของกายธรรมหรือธรรมกายซึ่งเป็นกายนอกภพ อันเป็นวัตถุประสงค์ของการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ เพื่อละอุปาทานในสังขารขันธ์อันประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง เข้าสู่ธรรมขันธ์อันไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งนั้นเอง*

ดังมีบาลีพระพุทธภาษิต ในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทานวัคค์ นิพพานสูตร ที่ ๓ แปลความว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรมชาติไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำไม่ได้แล้ว ปรุงแต่งไม่ได้แล้ว มีอยู่

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ถ้าธรรมชาติอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำไม่ได้แล้ว ปรุงแต่งไม่ได้แล้ว จักไม่ได้มีแล้วไซร้ การสลัดออกซึ่งธรรมชาติที่เกิดแล้ว เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำแล้ว ปรุงแต่งแล้ว จะไม่พึงปรากฏในโลกนี้เลย

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็เพราะธรรมชาติอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำไม่ได้แล้ว ปรุงแต่งไม่ได้แล้ว มีอยู่ ฉะนั้น การสลัดออกซึ่งธรรมชาติที่เกิดแล้ว เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำแล้ว ปรุงแต่งแล้วจึงปรากฏ"

ทีนี้ก็ให้ใจของกายมนุษย์ละเอียดจดลงไปที่ศูนย์กลางกาย มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม ให้เห็นกลางของกลางจุดเล็กใสนั้นแหละ ก็จะเห็น *ดวงธรรม* เป็นดวงกลมใสละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก ตรึกนึกให้เห็นใสละเอียดทั้งดวงและกาย พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้าก็จะเห็น *ดวงศีล* ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือจดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงศีล ก็จะเห็น *ดวงสมาธิ,* จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสของดวงสมาธิ ก็จะเห็น *ดวงปัญญา* จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสกลางดวงปัญญา ก็จะเห็น *ดวงวิมุติ,* จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุติ ก็จะเห็น *ดวงวิมุตติญาณทัศนะ* ซึ่งเป็นดวงที่ใสละเอียดที่สุด พอจดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะ นิ่งถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไป แล้วก็จะเห็นกายทิพย์ปรากฏขึ้นมาอีก ใส ละเอียด ประณีต และมีเครื่องประดับประดาที่สวยงามยิ่งกว่ากายมนุษย์ มีขนาดโตใหญ่ยิ่งกว่ากายมนุษย์ ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นกายทิพย์นั้นต่อไปอีก

ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิมต่อไปอีก คือจดใจของกายทิพย์ลงไปที่ศูนย์กลางกาย ก็จะเห็นดวงธรรม ตรึกนึกให้เห็นใสละเอียดทั้งดวงและกาย จดใจลงไปที่กลางของกลางดวงธรรม ก็จะเห็นดวงศีล เมื่อจดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางของดวงศีล ก็จะเห็นดวงปัญญา จดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ต่อ ๆ ไป ผ่านดวงปัญญาก็จะถึงและเห็นดวงวิมุติและดวงวิมุตติญาณทัศนะ พยายามตรึกนึกให้เห็นใสละเอียดทั้งดวงและกายไปเรื่อย ๆ จดใจเข้าไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก ถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไปก็จะเห็น *กายทิพย์ละเอียด* ปรากฏขึ้นมาอีก ใสละเอียด ประณีต สวยงาม และมีรัศมียิ่งไปกว่าเดิม– – ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นกายทิพย์ละเอียดต่อไปอีก

ก็ให้ใจของกายทิพย์ละเอียดจดลงไปที่กลางจุดเล็กใสที่ศูนย์กลางกายต่อไปอีก ก็จะเห็นดวงธรรม จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงในดวงที่ใสละเอียดต่อ ๆ ไปอีก ก็จะเห็นดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ ต่อ ๆ ไปอีก ก็จะถึง *กายพรหม* และ *กายพรหมละเอียด* สวย ละเอียด ประณีต มีขนาดโตใหญ่ขึ้น และมีรัศมีสว่างยิ่งไปกว่ากายเดิม – – ก็ให้ดำเนินไปแบบเดิมต่อไปอีก จดใจของกายละเอียดที่เข้าถึงลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงในดวงต่อ ๆ ไปอีกก็จะถึง *กายอรูปพรหมหยาบ* แล้วก็ *กายอรูปพรหมละเอียด* ต่อไปตามลำดับ สวย ละเอียด ประณีต มีขนาดโตใหญ่ และรัศมีสว่างยิ่งกว่าเดิม ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นกายอรูปพรหมละเอียดนั้นต่อไปอีก

ให้ใจกายอรูปพรหมละเอียดจดลงที่กลางจุดเล็กใสที่กลางกายอรูปพรหมละเอียดนั้น ก็จะเห็นดวงธรรม ขนาดประมาณเท่าดวงจันทร์หรือดวงอาทิตย์ จดใจหยุดในหยุดกลางของหยุดในหยุดลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงธรรมต่อไปอีก ก็จะเห็นดวงศีล ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือจดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงในดวงเรื่อยไป ผ่านดวงศีล ก็จะถึงและเห็นดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปตามลำดับ จดใจหยุดในหยุดลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางดวงนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไป ทีนี้ก็จะเห็นกายพระพุทธปฏิมากร เกตุดอกบัวตูม ขาว ใส บริสุทธิ์ ปรากฏขึ้นมานั่งขัดสมาธิหันหน้าไปในทางเดียวกันกับเรา มีรัศมีปรากฏใสสว่างยิ่งนัก ขนาดมาตรฐานปานกลาง หน้าตักและความสูงเกือบ ๕ วา ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็น *กายธรรม* นั้น

แล้วให้ใจของกายธรรมจดลงที่ศูนย์กลางกายนั้น พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายปรากฏขึ้น ใส ละเอียด และขยายโตเต็มหน้าตักและความสูงของพระธรรมกายนั้น จดใจลงไปที่กลางของกลางดวงธรรมนั้นต่อไปอีก ให้เห็นใสละเอียดทั้งดวงและกาย ใจหยุดซึ่งถูกส่วนเข้าก็จะเห็นดวงศีล หรือศีลยิ่งแท้ ๆ ก็ให้จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงในดวงต่อ ๆ ไปอีก พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะถึงและเห็นดวง

สมาธิ ดวงปัญญา แล้วก็ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปตามลำดับ มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่ากับหน้าตักและความสูงของธรรมกายนั้น

เมื่อจดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก ถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไป แล้วจะถึงและเห็น *กายธรรมละเอียด* ปรากฏขึ้นมาอีก ใส ละเอียด และมีรัศมีสว่างยิ่งกว่าเดิม ก็ให้สรวมความรู้เป็นกายธรรมละเอียดนั้น

ให้ดำเนินไปในแบบเดิมอีก คือให้ใจของกายธรรมละเอียดจดลงที่กลางของกลางกาย ก็จะถึงและเห็นดวงธรรม แล้วก็ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางดวงเท่ากับหน้าตักและความสูงของธรรมกายละเอียดนั้น ก็ให้จดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงใสละเอียด ๆ นั้นต่อไปอีก พอถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไป แล้วจะเห็น *กายธรรมพระโสดา* ปรากฏขึ้นมาอีก ใส ละเอียด มีรัศมีสว่างยิ่งขึ้นไปกว่ากายธรรมละเอียด มีขนาดหน้าตักและความสูง ๕ วาเต็ม ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือให้สรวมความรู้สึกเป็นกายธรรมพระโสดานั้น

แล้วจดใจธรรมกายพระโสดาลงไปที่กลางของกลางกาย พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะถึงและเห็นดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ ซึ่งมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่ากับหน้าตัก และความสูงของกายธรรมพระโสดานั้น เมื่อจดใจกายธรรมพระโสดาหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด ลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะ พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะถึงและเห็น *กายธรรมพระโสดาละเอียด* ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นธรรมกายนั้น

ให้ใจของกายธรรมพระโสดาละเอียดหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางกายพระธรรมพระโสดาละเอียดนั้น ก็จะเห็นดวงธรรมปรากฏขึ้น ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรมเท่าหน้าตักและความสูงของกายธรรมนั้น ตรึกนึกให้เห็นใสละเอียดทั้งดวงและกาย แล้วก็จดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงธรรมต่อไป ก็จะถึงและเห็นดวงศีล แล้วต่อไปก็จะถึงและเห็นดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ ก็ให้จดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะ พอใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้าก็จะถึง *กายธรรมพระสกิทาคามี* ซึ่งมีขนาดหน้าตักและความสูงถึง ๑๐ วา

ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม ก็จะถึงและเห็น *กายธรรมพระสกิทาคามีละเอียด,* แล้วก็จะถึง *กายธรรมพระอนาคามี* และ *พระอนาคามีละเอียด* ซึ่งมีขนาดหน้าตัก ความสูง และเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ *ดวงวิมุตติญาณทัศนะ* ๑๕ วาเท่ากัน

ให้ใจกายธรรมพระอนาคามีละเอียดจดลงที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะของกายธรรมพระ

อนาคามีละเอียด พอใจหยุดนิ่ง ถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะว่างออกไป แล้วก็เห็นธรรมกายพระอรหัตปรากฏขึ้น มีขนาดหน้าตักและความสูง ๒๐ วา เส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรมเท่ากัน ก็ให้ใจของธรรมกายพระอรหัตจดลงที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่กลางดวงธรรมของกายพระอรหัตนั้นพอถูกส่วนเข้าก็จะถึงและเห็นดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก ใส ละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก *ผู้ปฏิบัติธรรมพึงตรึกนึกให้เห็นใสละเอียดหมดทั้งดวงและกาย* พอจดใจลงไปที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะของธรรมกายพระอรหัตถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไปอีก ทีนี้ก็จะเห็นธรรมกายพระอรหัตละเอียดปรากฏขึ้นมาอีก ใส ละเอียด และรัศมีสว่างยิ่งไปกว่าเดิมอีก

ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือจดใจธรรมกายพระอรหัตละเอียดลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่ศูนย์กลางกาย ก็จะถึงดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ ซึ่งมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางดวง ๒๐ วาเท่ากัน เมื่อจดใจลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ จุดเล็กใสที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะ พอถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางนั้นก็จะขยายตัวว่างออกไป แล้วก็จะเห็น *กายธรรมพระอรหัตละเอียดในอรหัตละเอียด* ปรากฏขึ้นมาอีก ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นกายธรรมที่ละเอียด ๆ ต่อ ๆ ไปอีก

จดใจลงไปที่กลางของกลางจุดเล็กใสที่ศูนย์กลางกายธรรมพระอรหัตที่ละเอียด ๆ ต่อไปอีก เมื่อชำนาญยิ่งขึ้นก็อาจไม่ทันเห็นครบหมดทั้ง ๖ ดวง ศูนย์กลางดวงที่สุดละเอียดนั้นก็จะพลันขยายตัวว่างออกไป แล้วก็จะเห็น *กายธรรมพระอรหัตที่ละเอียด ๆ* ปรากฏขึ้นมาอีกเรื่อย ๆ ต่อ ๆ ไปจนสุดละเอียด

ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือสรวมความรู้สึกเป็นธรรมกายพระอรหัตที่ละเอียด ๆ ต่อ ๆ ไป เพื่อ *ดับ เห็น จำ คิด รู้ ส่วนหยาบเข้าไปใน เห็น จำ คิด รู้ ส่วนละเอียดของกายธรรมที่ละเอียด ๆ ต่อ ๆ ไปจนสุดละเอียด* และ *ในขณะเจริญภาวนา ถ้าเหลือบตากลับพร้อมด้วยจดใจลงที่กลางของกลางศูนย์กลางกายพระอรหัตไว้เสมอแล้ว ก็จะเห็นธรรมกายพระอรหัตในพระอรหัตปรากฏขึ้นมาอีก เป็นเถา เป็นชุด เป็นขั้น เป็นตอน เป็นภาค เป็นพืด พืดในพืด ๆ ๆ* ต่อไปทีเดียว ก็ให้สรวมความรู้สึกเป็นธรรมกายที่ละเอียด ๆ ที่ปรากฏขึ้นมานั้นเรื่อย ๆ ไป *ดับเห็น จำ คิด รู้ ส่วนหยาบ เข้าไปในเห็น จำ คิด รู้ ส่วนกายละเอียดของกายธรรมพระอรหัตในอรหัตที่ละเอียด ๆ เรื่อยไป ไม่มีถอยหลังกลับ - - แม้จะหยุดพัก ก็ให้รวมใจอยู่ใน เห็น จำ คิด รู้ ของกายธรรมพระอรหัตที่สุดละเอียดนั้นไว้เรื่อย แล้วจะเห็นผลดีด้วยตัวของท่านเอง*

กายธรรม ตั้งแต่กายที่ ๙ นี้เองที่เป็นกายนอกภพ เป็นกายโลกุตตรหรือกายที่พ้นโลก เรียกว่า **พระพุทธรัตนะ** *ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายเรียกว่า* **พระธรรมรัตนะ** และ *ธรรมกายที่ละเอียด ๆที่ปรากฏขึ้นนั้น* คือ **พระสังฆรัตนะ** *ผู้ทรงและผู้รักษาพระธรรมรัตนะนั้นไว้*

ธรรมกาย นี้เองที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแก่พระวักกลิ ซึ่งเฝ้าแต่คอยติดตามชมพระสิริโฉมอันสง่างามของพระองค์ว่า *"ดูกรวักกลิ ท่านจะมามัวเฝ้าชมสังขารร่างกายอันมีแต่จะเน่าเปื่อยผุพังนี้ใย ผู้ใดแลเห็นธรรม ผู้นั้นย่อมเห็นเราตถาคต"* และได้มีบาลีพระพุทธภาษิตรับรองต่อไปอีกว่า *"ธมฺมกา โย อหํ อิติปิ"* แปลความว่า **"เราตถาคต คือธรรมกาย"**

ธรรมกาย นี้เองคือ **กายตรัสรู้พระอริยสัจจ์** หรือสูงขึ้นไปเป็น **กายตรัสรู้พระสัพพัญญุตตญาณ**หรือ **พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ** ดังมีปรากฏในพระนิพนธ์ของ *สมเด็จพระสังฆราช ปุสฺสเทว* และทรงชำระโดย *สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส* ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๘/๒๔๘๒ หน้า ๑๑ และหน้า ๕๗ ว่า

"แม้องค์พระตถาคตอังคีรสศักยมุนีโคดมสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ ซึ่งมีความปรากฏในโลกอันสัตว์ได้ด้วยยาก ดังนี้ พระองค์ก็ได้อุบัติเกิดขึ้นแล้วในโลก ด้วยรูปกายอุบัติ และ ธรรมกายอุบัติทั้ง ๒ ประการ พร้อมด้วยอัจฉริยอัพภูตธรรมตามธรรมดานิยมโดยพุทธธรรมดา

ความบังเกิดขึ้นด้วยรูปกายนั้น จัดเป็น ๒ คือ โอกกันติสมัยลงสู่พระครรภ์ และ นิขมนสมัยประสูติจากพระครรภ์

ส่วนความบังเกิดขึ้นด้วยธรรมกายนั้น คือ (อภิสัมโพธิสมัย) ตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ

ครั้งนั้น หมื่นโลกธาตุนี้ ก็หวั่นไหวสะเทือนสะท้าน ทั้งแสงสว่างยิ่งไม่มีประมาณ ก็ได้ปรากฏเกิดมีในโลก ล่วงเทวานุภาพของเทพดาทั้งหลาย ก็เลอศจรรย์ทั้งหลายซึ่งสำเร็จโดยธรรมดานิยมเห็นปานใดได้ปรากฏเกิดมีแล้วในโลก เมื่อครั้งพระองค์ประสูติ เป็นกาลเกิดด้วยรูปกายอันบริบูรณ์ฉันใด แม้ถึงเมื่ออภิสัมโพธิสมัยตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นกาลเกิดด้วยธรรมกายนั้นเล่า สรรพอัศจรรย์ทั้งปวงเห็นปานนั้นก็ได้ปรากฏเกิดมีแล้ว ฉันนั้น"

และมีปรากฏใน พระสุตตันปิฎก ขุททกนิกาย สรภังคเถรคาถา ข้อ ๓๖๕ แปลความว่า

"...เมื่อก่อน เราผู้ชื่อว่าสรภังคะ ไม่เคยได้เห็นโรค คือ อุปาทานในขันธ์ ๕ ครบบริบูรณ์ทั้งสิ้น โรคนั้น อันเราผู้ทำตามพระดำรัสของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นเทพเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ ได้เห็นแล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระนามว่า พระวิปัสสี พระสิขี พระเวสสภู พระกกุสันโธ พระโกนาคม พระกัสสป ได้เสด็จไปแล้วโดยทางใดแล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า โคดม ก็ได้เสด็จไปแล้ว โดยทางนั้น พระพุทธเจ้า ๗ พระองค์นี้ทรงปราศจากตัณหา ไม่ทรงถือมั่น ทรงหยั่งถึงความสิ้นกิเลส เสด็จอุบัติแท้โดยธรรมกาย ผู้คงที่ ทรงเอ็นดูอนุเคราะห์สัตว์ทั้งหลาย ได้ทรงแสดงธรรม คือ อริยสัจจ์ ๔ อันได้แก่ ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางเป็นที่สิ้นทุกข์ เป็นทางไม่เป็นไปแห่งทุกข์อันไม่มีที่สุดในสงสาร เพราะกายนี้แตกและเพราะความสิ้นชีวิตนี้ การเกิดในภพใหม่อย่างอื่นมิได้มี เราเป็นผู้หลุดพ้นแล้วจากสรรพกิเลสและภพทั้งปวง"

การเจริญภาวนาผ่านกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เป็น ณ ภายในละเอียดเข้าไปจากกาย เวทนา จิต และธรรม ของกายมนุษย์ละเอียด ไปจนถึงกายทิพย์หยาบ ทิพย์ละเอียด, พรหมหยาบ พรหมละเอียด และกายอรูปพรหมหยาบ อรูปพรหมละเอียดนั้น จัดอยู่ในขั้นสมถกัมมัฏฐาน เพราะการรู้เห็นด้วยวิญญาณของกายในภพสามนั้นยังมีอวิชชาหุ้มอยู่ จึงเพียงสามารถรู้เห็นความเป็นไปและสภาวะของธรรมชาติเฉพาะที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งในภพสามนี้เท่านั้น *แต่จะไม่สามารถรู้เห็นสภาวะจริงของธรรมชาติที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง* โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *พระนิพพาน* และ *อายตนนิพพาน ตามที่เป็นจริงได้เลย*

ต่อเมื่อผู้เจริญภาวนาได้ถึงธรรมกายแล้ว ดวงรู้จึงพ้นจากการห่อหุ้มของอวิชชา ดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ของธรรมกายจึงเบิกบานขยายโตเต็มส่วน เต็มธาตุ เต็มธรรม มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่าหน้าตักและความสูงของธรรมกายนั้น *จึงจะสามารถเข้าถึงและเห็นสภาวะของอายตนนิพพาน ซึ่งเป็นที่ประทับของพระนิพพาน* (คือ ธรรมกายที่ได้บรรลุพระอรหัตตผลแล้ว) *ที่เข้าอนุปาทิเสสนิพพาน เมื่อกายเนื้อแตกทำลาย คือตายลงแล้ว มาประทับเข้านิโรธสงบตลอดทั่วไปหมดในอายตนนิพพานนั่นเอง*

จึงเห็นแจ้งว่า พระนิพพาน และ *อายตนนิพพาน* อันเป็นที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง *นี่เอง ที่ไม่มีการเกิด ไม่มีการแก่ ไม่มีการเจ็บและตาย ต่อไปอีก เป็นธรรมขันธ์หรือวิสุทธิขันธ์ที่ปัจจัยปรุงแต่งไม่ได้อีก* เรียกว่า *อสังขตธาตุ อสังขตธรรม* และ *เป็นวิราคธาตุ วิราคธรรม* คือธาตุธรรมที่ปราศจากตัณหาราคะใด ๆ ทั้งสิ้น และ *พ้นจากอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์* คือความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ซึ่งเป็นสามัญญลักษณะของสังขารธรรมที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งทั้งหลายในภพสาม *พระนิพพานจึงกลับมีสภาวะที่เป็นตรงกันข้าม* กล่าวคือ *กลับมีสภาพที่เป็น นิจจัง สุขัง อัตตา* ดังบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า *นิพพานํ ปรมํสุขํ* ซึ่งแปลความว่า *"นิพพาน เป็นบรมสุขอย่างยิ่ง"*

การรู้เห็นด้วยตา หรือ *ญาณพระธรรมกายนี้ ยังเห็นแจ้งในสภาวะจริงของธรรมชาติตามที่เป็นจริงอย่างแน่ชัดอีกว่า เฉพาะแต่สังขารธรรมที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง ที่จัดเป็นสังขตธาตุ สังขตธรรม เท่านั้นที่เป็นอนัตตา* ตามพระบาลีรับรองว่า สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา ซึ่งแปลความว่า *สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง,* และว่า ยทนิจฺจํ ตํ ทุกขํ แปลความว่า *สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์,* ยํ ทุกฺขํ ตํ อนตฺตา แปลความว่า *สิ่งใดเป็นทุกข์สิ่งนั้นแหละเป็นอนัตตา*

หรือหากจะสาวจากปลายกลับไปยังต้นก็จะพบว่า *สิ่งที่เป็นอนัตตา ก็คือธาตุธรรมที่เป็นสังขารอันประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง หรือที่จัดว่าเป็นสังขตธาตุ สังขตธรรมทั้งหลายนั่นเอง ส่วนธาตุธรรมที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง* อย่างเช่น *พระนิพพาน หรืออายตนนิพพาน ที่จัดเป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรมนั้น หาได้ตกอยู่ในอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์ไม่* แม้จะมีพระบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา, สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา, สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา ก็เป็นความต่อเนื่องจากเรื่องธรรมชาติ

ที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งที่เรียกว่าสังขารเท่านั้นเอง หาได้ครอบคลุมถึงธรรมชาติที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งที่เรียกว่าวิสังขาร หรือที่จัดเป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรมไม่

เมื่อผู้เจริญภาวนาได้ถึงธรรมกาย (นับตั้งแต่กายที่ ๙ ขึ้นไปจนสุดละเอียด) จึงจัดว่าเป็นการเจริญภาวนาในขั้นวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างแท้จริง เพราะสามารถรู้เห็นสภาวะจริงของธรรมชาติ ทั้งที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งและทั้งที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง และสามารถพิจารณาเห็นอริยสัจจ์ในกายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหม และในกายอรูปพรหม ได้ตามธรรมชาติที่เป็นจริง ด้วยการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น (จะมีรายละเอียดของการพิจารณาสภาวธรรมและพระอริยสัจจ์ต่อไปในตอนที่ว่าด้วยสติปัฏฐาน ๔)

การที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงนี้เอง ที่เรียกว่า *"ตรัสรู้" พระอริยสัจจธรรม* ซึ่งเป็นการตรัสรู้ในขั้นพื้นฐานของพระอรหันตสาวก และพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

การรู้แจ้งด้วยญาณหรือตาของพระธรรมกายนี้ จึงมีอุปมาดั่งลูกไก่ได้กระเทาะเปลือกไข่ออกมาเห็นโลกภายนอกแล้ว

การเจริญและอบรมจิตตะเป็นอิทธิบาท หากดำเนินไปโดยวิธีการที่ถูกต้องร่องรอยของพระปริยัติสัทธรรม และพระปฏิบัติสัทธรรมอย่างนี้ ก็จะได้รับผลเป็น *ปฏิเวทสัทธรรม* เบื้องต้นคือถึง *ธรรมกาย* อันเป็น *"กายตรัสรู้"* ได้ด้วยประการฉะนี้

ตอนที่ ๔ วิมังสาเป็นอิทธิบาท (วิมงฺสิทฺธิปาท)

วิมังสาเป็นอิทธิบาทนั้น หมายถึงความมีสติพิจารณา สอดส่องแนวทางปฏิบัติธรรมนั้นด้วยปัญญา เพื่อให้การปฏิบัติพระสัทธรรมทุกขั้นตอน ทั้งในการรักษาศีลและการเจริญภาวนา ให้เป็นไปด้วยดี มีประสิทธิภาพ หากมีปัญหาในทางปฏิบัติ ก็พึงให้มีสติรู้และให้ใช้ปัญญาพิจารณาแก้ไขแนวทางปฏิบัตินั้นให้ได้ผลที่ดี ที่ถูกต้อง ตรงประเด็น และบริสุทธิ์ สมบูรณ์ ตามเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ อีกต่อไป

มีข้อที่พึงสังเกตว่า การอบรมและการเจริญวิมังสาเป็นอิทธิบาทนั้น เป็นการดำรงสติ คือความรู้สึกตัวพร้อม นับตั้งแต่เริ่มลงมือศึกษาและปฏิบัติธรรม และในขณะปฏิบัติธรรมอยู่นั้น ก็มีสติพิจารณาเห็นเหตุและสังเกตผลของการปฏิบัติว่า เป็นไปในแนวทางที่ถูกต้อง ตรงทาง ตรงประเด็น และได้ผลที่บริสุทธิ์ สมบูรณ์ ตามพระสัทธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า และตามคำแนะนำของคุณครูอาจารย์ที่ได้มีประสบการณ์จากการศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมมาด้วยดีแล้ว หรือไม่ เพียงใด มีข้อใดที่เป็นจุดบกพร่องในวิธีการปฏิบัติอันสมควรจะแก้ไขเพื่อให้การปฏิบัติได้รับผลดียิ่งขึ้นไปบ้าง ก็ดำเนินไปในแนวนั้น

การใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองในเหตุ สังเกตในผลทุกขั้นตอน ทุกระยะของการปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะแรก ๆ ของการปฏิบัติธรรมนั้น ก็มักจะเป็นการใช้ปัญญาที่มีเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว ไตร่ตรองเอาเอง เรียกว่า *จินตามัยปัญญา* นี้ข้อหนึ่ง, และปัญญาที่เกิดจากการศึกษาพระสัทธรรมอันพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว และจากตำรับตำราหรือคำสั่งสอนของบูรพาจารย์ที่ได้มีประสบการณ์จากการศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมด้วยดีมาแล้วก่อนเราเรียกว่า *สุตตามัยปัญญา* และสุตตามัยปัญญานี้ก็จะวิวัฒนาการจากการได้อ่าน ได้ยิน ได้ฟัง แล้วก็จดจำไว้ อันจัดเป็นเพียง *"สัญญา"* คือเพียงการจำได้หมายรู้ และในขณะเดียวกันก็ค่อย ๆ ทำความเข้าใจ แล้วนำมาประกอบการปฏิบัติพระสัทธรรมจนได้ประสบการณ์ และเห็นแจ้งแก่ใจว่าเป็นจริง จึงจะจัดเป็นปัญญาจริง ๆ อีกขั้นหนึ่ง กับปัญญาที่เกิดจากประสบการณ์ของการอบรมจิตและอบรมปัญญาขั้นสูงขึ้นไปอีก เพื่อสำรอกราคะและอวิชชา (คือความไม่รู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามธรรมชาติที่เป็นจริง) เป็นการยกระดับจิตสูงขึ้นไปอีก เป็นขั้นวิปัสสนาปัญญาและโลกุตตรปัญญา นี้จัดเป็นปัญญาในขั้น *ภาวนามัยปัญญา* นี้อีกข้อหนึ่ง ปัญญาในขั้นนี้แหละ ที่เป็นปัญญารู้แจ้งในเหตุและผลของการปฏิบัติธรรมจริง ๆ และจะมีผลให้การเจริญจินตามัยปัญญาและสุตตามัยปัญญาเจริญขึ้นและดำเนินไปในทิศทางที่ถูกต้อง ตรงประเด็น และบริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้นอีกด้วย

เพราะฉะนั้น การอบรมวิมังสาเป็นอิทธิบาทในทุกขั้นตอนของการศึกษาและปฏิบัติธรรมโดยการดำรงสติ ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุ สังเกตผล เพื่อให้การศึกษาและปฏิบัติธรรมเป็นไปด้วยดีมีประสิทธิภาพสูง คือให้ได้ผลที่ดี ที่เที่ยงตรง เป็นปฏิเวธสัทธรรมที่บริสุทธิ์ สมบูรณ์ เพียงใดนั้นจึงขึ้นอยู่ที่ระดับสติและภูมิปัญญาของผู้ปฏิบัติว่าอยู่ในระดับใด ดังจะยกตัวอย่างของการใช้สติปัญญาพิจารณาเหตุ สังเกตผลของการปฏิบัติธรรม เพื่อแก้ไขแนวทางการปฏิบัติให้ได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป ต่อไปนี้

เริ่มตั้งแต่ *การรักษาศีล* อันเป็นการควบคุมความประพฤติปฏิบัติตนทางกายและทางวาจามิให้เป็นไปในทางที่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ก็มีสติพิจารณาอยู่เสมอว่า อย่างไรที่เรียกว่าเป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

การฆ่าหรือการเบียดเบียนเพื่อนมนุษย์หรือสัตว์ร่วมโลกอื่นทั้งหลาย เพราะมีกิเลสเป็นเหตุนำหรือเหตุหนุนแล้ว ก็จัดว่าเป็นการเบียดเบียนผู้อื่นทั้งสิ้น เพราะว่าเรารักชีวิต ไม่ปรารถนาในความทุกข์เดือดร้อนทางร่างกายฉันใด ผู้อื่นหรือสัตว์อื่นก็รักชีวิตและไม่ปรารถนาที่จะมีความทุกข์เดือดร้อนทางร่างกายฉันนั้นเหมือนกัน ผู้ใดก็ตาม เมื่อประกอบกรรมอันเป็นอกุศลด้วยการเบียดเบียนชีวิต หรือผจญสัตว์ที่มีชีวิตให้ได้รับความเดือดร้อนลงไปแล้ว ผู้กระทำนั้นย่อมไม่สบายใจหรือไม่สบายกาย เพราะบาปอกุศลนั้นให้ผล เป็นต้นว่า ภายหลังแต่การกระทำบาปอกุศลนั้น ย่อมสำนึกผิด จิตใจเศร้าหมอง หรือต้องวิตกกังวล หวาดกลัวกฎหมายบ้านเมือง หรือ

กลัวการแก้แค้นตอบแทน หรือแม้แต่จะเป็นกรณีของผู้มีจิตใจดำ อำมหิต หรือเหี้ยมโหดเพียงใดก็ตาม ก่อนตาย ผลจากบาปอกุศลนี้ก็จะกลับมาเป็น *นิมิตอารมณ์* หรือ *กรรมอารมณ์* ให้เห็นภาพที่เคยกระทำบาปอกุศลนั้น หรือเห็นภาพกลับเป็นว่าตนกำลังถูกกระทำเช่นนั้น ให้บังเกิดความหวาดกลัว หรือเกิด *คตินิมิตอารมณ์* ให้เห็นภาพทุคติภูมิ คือภูมิของสัตว์ที่จะไปเกิดใหม่ที่ไม่ดี ที่จะต้องได้รับความทุกข์ทรมานต่าง ๆ มาปรากฏให้เห็น ทำให้จิตใจเศร้าหมองเมื่อก่อนจะตาย อันเป็นผลให้ไปบังเกิดในทุคติภูมิจริง ๆ และแม้เมื่อพ้นจากทุคติภูมินั้นแล้ว แม้ภายหลังจะได้มาบังเกิดเป็นมนุษย์อีก เศษของกรรมนั้นจะส่งผลให้กลายเป็นคนขี้โรค อ่อนแอ และอายุสั้นจนกว่าจะหมดเวร ก็เป็นระยะเวลาหลายภพหลายชาติ

นี้เป็นเพียงตัวอย่างเดียวของการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นในเรื่องของกรรม *ปานาติปาต* คือการฆ่า หรือเบียดเบียนเพื่อนมนุษย์หรือสัตว์ร่วมโลกอื่นทั้งหลาย

เมื่อพิจารณาทั้งเหตุของบาปอกุศลกรรมข้อนี้ และผลกรรมดังกล่าวแล้ว ก็ย่อมมีใจรักที่จะรักษาศีล คือเจตนางดเว้นจากการฆ่าหรือเบียดเบียนเพื่อนมนุษย์หรือสัตว์เพื่อนร่วมโลกอื่นทั้งหลายโดยเด็ดขาดต่อไป และ *เมื่อได้งดเว้นจากการประกอบอกุศลกรรมข้อ "ปานาติปาต" นั้นโดยเด็ดขาดแล้ว ก็พึงสังเกตผลของการรักษาศีลว่า เป็นธรรมปฏิบัติเครื่องระงับเวรภัยแก่ผู้ปฏิบัติอย่างไร*

การรักษาศีลข้ออื่น ๆ ได้แก่ข้อ *อทินนาทาน,* ข้อ *กาเมสุมิจฉาจาร,* ข้อ *มุสาวาท* และข้อ *สุราเมรัย ก็พึงมีสติพิจารณาในเหตุ สังเกตในผลของการรักษาศีลดังกล่าว ว่ามีผลดีแก่ผู้ปฏิบัติได้เพียงใด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ สมบูรณ์อยู่เสมอนั้น เป็นธรรมเครื่องระงับเวรภัยได้เป็นอย่างดีเพียงใด และให้ผลเป็นธรรมเครื่องสงบระงับไปถึงจิตใจเพียงใดอีกด้วย*

นี้เป็นเพียงการรักษาศีลเบื้องต้นอันเป็นความดีในขั้น "ปกติ" ของมนุษย์ ซึ่งเป็นธรรมเครื่องระงับกิเลสหยาบ ๆ ที่แสดงออกมาทางกายและทางวาจา อันเริ่มจะส่งผลให้ระงับกิเลสกลาง ๆ ทางใจได้บ้างแล้วเท่านั้น

แต่การรักษาศีลยังมีขั้นกลางและขั้นละเอียดสูงยิ่งขึ้นไปกว่านี้อีก อันเป็นธรรมเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อความสงบใจอันให้สามารถเจริญภาวนาอบรมจิตใจให้เป็นสมาธิที่แนบแน่นดี เป็นพื้นฐานของการเจริญปัญญารู้แจ้งขั้นสูงต่อไปอีก เช่น *การเจตนางดเว้นจากการแสดงการละเล่นหรือขับร้อง ประโคมดนตรีเอง,* และ *เจตนางดเว้นการไปดูการละเล่นหรือการขับร้อง ประโคมดนตรีต่าง ๆ* ตลอดทั้ง *เจตนางดเว้นจากการแต่งกายด้วยเครื่องสำอางหรือประดับประดาด้วยดอกไม้ ของหอม เครื่องย้อมทา อันเป็นเครื่องเย้ายวนกามารมณ์ต่าง ๆ* เหล่านี้ ก็พึงมีสติปัญญาพิจารณาเหตุและผลของการประพฤติเช่นนั้นว่า เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นอย่างไร

ความจริงความประพฤติปฏิบัติดังกล่าว ถ้าหากจะพิจารณากันแต่เพียงผิวเผิน ก็ไม่เห็นจะเป็นข้อเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นอย่างไร แต่ถ้าหากจะใช้ปัญญาไตร่ตรองให้รอบคอบ และหาก

ได้เคยมีประสบการณ์จากการปฏิบัติธรรมในขั้นภาวนากัมมัฏฐานแล้ว ก็จะเห็นได้โดยง่ายกล่าวคือ

การแสดงการละเล่นหรือขับร้อง ประโคมดนตรีเองก็ดี การไปดูเขาเล่น เขาแสดงหรือเขาขับร้องประโคมดนตรีก็ดี หรือตลอดทั้ง *การแต่งเนื้อแต่งตัวด้วยเครื่องสำอาง* หรือ *โดยประการอื่นให้เป็นการเย้ายวนกามารมณ์ก็ดี นับเป็นการเบียดเบียนตนเอง ประการแรกที่สุดก็คือต้องเสียเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์ เพียงเพื่อสนองตัณหา คือความทะยานอยากในกามคุณ* (ได้แก่ความยินดี พอใจ ติดใจในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส และสิ่งสัมผัสทางกาย) *ให้เกิดอุปาทาน คือความยึดมั่นถือมั่นในสังขารอันไม่มีแก่นสารนี้ด้วยตัณหาและทิฏฐิ คือความเห็นผิด ซึ่งมีผลให้ติดอยู่ในสังสารจักร และกองทุกข์ (การที่จะเจริญภาวนาอบรมจิตใจให้เป็นสมาธิ ถึงขั้น ฌานจิต อันปลอดจากนิวรณ์กิเลส ก็เป็นอันกระทำได้ยาก* เพราะความประพฤติปฏิบัติดังกล่าว ย่อมรังแต่จะเป็นผลให้ติดตา ติดใจ ในกามคุณทั้ง ๕ เหล่านั้น ไม่มีทางที่จิตใจจะสงบระงับ หยุดนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว แนบแน่นได้ สมาธิก็พังทะลาย *เมื่อจิตใจไม่ปลอดจากนิวรณ์กิเลส การที่จะพิจารณาสภาวธรรมให้เห็นอรรถ เห็นธรรมโดยชัดแจ้งนั้นก็เป็นไปด้วยยาก การอบรมปัญญาทั้งในระดับวิปัสสนาปัญญาและโลกุตตรปัญญา ให้เป็นสัมมาทิฏฐิ* (คือปัญญาอันเห็นชอบในพระอริยสัจจ์ทั้ง ๔) และ *เพื่อทำลายสัญโญชน์ กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลกทั้งหลาย ก็เห็นจะยาก นี้นับเป็นการเบียดเบียนตนเองอย่างสำคัญยิ่งทีเดียว*

อนึ่ง ความประพฤติปฏิบัติดังกล่าวนี้เบียดเบียนตนเองฉันใด ก็เบียดเบียนผู้อื่นด้วยฉันนั้นเหมือนกัน เช่นการแสดงการละเล่น หรือขับร้อง ประโคมดนตรี ย่อมเป็นเครื่องทำลายสมาธิจิตของผู้กำลังปฏิบัติเพื่ออบรมจิตใจให้หยุด ให้นิ่ง เป็นสมาธิที่แนบแน่น เพื่อกำจัดกิเลสนิวรณ์ ให้ต้องล้มเหลวลง และผลของอกุศลกรรมดังกล่าวก็ย่อมจะสะท้อนย้อนกลับมาสู่ตนให้เข้าสู่ธรรมขั้นสูงไม่ได้ และจึงไม่สามารถจะหลุดพ้นจากกองทุกข์ได้ อันกลับกลายเป็นความเบียดเบียนตนเองอีกโสดหนึ่งด้วย

แต่มีข้อสังเกตว่า พระอริยบุคคล ท่านจะไม่เจตนาประพฤติปฏิบัติอันเป็นเครื่องยั่วเย้ากามารมณ์ หรือเจตนากระทำให้ติดอยู่ในอารมณ์ที่น่ารัก หรือน่าชังเช่นนั้นด้วยตนเอง และแม้คนอื่นจะเจตนาประพฤติปฏิบัติเช่นนั้นต่อท่าน ก็หาได้กระทบกระเทือนต่อพระอริยบุคคลตั้งแต่ระดับพระอนาคามีบุคคล (ผู้ละกามราคะและปฏิฆะได้แล้ว) ขึ้นไปไม่ แต่ยังจะกระทบกระเทือนต่อผู้ที่กำลังศึกษาและปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส (เสกขบุคคล) ในระดับภูมิธรรมที่ต่ำกว่าพระอนาคามีบุคคลลงมาได้ตามลำดับภูมิธรรม

เพราะฉะนั้น *บัณฑิตผู้มีปัญญา จึงพึงอบรมและเจริญวิมังสาให้เป็นอิทธิบาท โดยการดำรงสติอันอาศัยปัญญา พิจารณาในเหตุและผลของการรักษาศีลโดยนัยนี้ การศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงจะสามารถเจริญขึ้นเป็นอธิศีล อธิจิต และอธิปัญญา ได้ถึงธรรมกาย* และ *เป็นธรรมกาย* อันเป็นกาย *"ตรัสรู้" พระอริยสัจจ์ทั้ง ๔* หรือ *สูงขึ้นไปเป็นตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ตามศักดิ์แห่งบารมี*

ทีนี้ก็มาเรื่อง *การอบรมและการเจริญวิมังสาเป็นอิทธิบาท* ด้วยการมีสติอันอาศัยปัญญาสอดส่องให้การเจริญภาวนาธรรมดำเนินไปด้วยดี ที่ถูกต้องร่องรอยในพระสัทธรรมอันพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว อันจะให้ผลเป็นความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจอันสมบูรณ์ตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ต่อไป

มีข้อที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจะพึงสังเกตไว้ว่า *แม้พระพุทธองค์จะได้ทรงแสดงไว้อย่างแจ้งชัดถึงวิธีการเจริญภาวนา* อันเป็นแนวทางอบรมจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากเครื่องเศร้าหมองทั้งปวง เพื่อยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นจากภูมิโลกียะเข้าสู่ภูมิโลกุตตรอันพ้นโลก *ไว้ทั้งสองขั้น* คือ ใน *ขั้นสมถกัมมัฏฐาน* เพื่ออบรมจิตใจให้เป็นสมาธิ กับ *ขั้นวิปัสสนากัมมัฏฐาน* เพื่ออบรมจิตใจให้เกิดปัญญารู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามธรรมชาติที่เป็นจริง และว่า *ทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานต่างเป็นธรรมปฏิบัติที่ต้องอาศัยและเป็นอุปการะแก่กันและกัน อันสาธุชนพึงเจริญควบคู่กันไปก็ตาม ก็ยังมีผู้ลังเลสงสัยหรือปักใจว่า จะต้องวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้นจึงจะดับกิเลสได้ สมถกัมมัฏฐานไม่ใช่ทางพ้นทุกข์ได้จริง ตลอดทั้งปัญหาในการใช้นิมิตเมื่อเจริญสมถกัมมัฏฐานว่า เป็นการติดนิมิต และเป็นเรื่องของกิเลส ไม่ใช่ทางพ้นทุกข์* ฯลฯ อะไรทำนองนี้ เป็นเหตุให้อนุชนรุ่นหลังซึ่งยังศึกษาและปฏิบัติธรรมยังไม่ทั่วถึงที่พอจะตัดสินใจเองได้ ต้องลังเลสงสัยในแนวทางปฏิบัติภาวนาธรรมว่าจะเจริญภาวนาแนวไหนดี จึงจะเกิดประโยชน์แก่ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมมากที่สุด

ผู้สนใจในการศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงพึงอบรมและเจริญวิมังสาเป็นอิทธิบาทในการเจริญภาวนาให้ถูกต้อง ตรงประเด็น และสมเหตุสมผล ดังต่อไปนี้

คำตอบปัญหาข้างต้นอย่างง่าย ๆ ก็คือว่า – – เลือกปฏิบัติภาวนาตามแนวทางที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ดีแล้วนั่นแหละดีที่สุด แต่การที่จะเข้าใจแนวทางดังกล่าวถูกทิศถูกทางก็จะต้องพิจารณาจากพระพุทธดำรัสที่เกี่ยวกับเรื่องสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานนี้พร้อมทั้งเหตุและผลให้ทั่ว แล้วพึงพิจารณาประสบการณ์ของบูรพาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมได้ผลดีที่สุดมาก่อนแล้ว เป็นเครื่องวินิจฉัยประกอบการตัดสินใจที่จะเลือกดำเนินตามแนวทางใดจึงจะเหมาะกับจริตอัธยาศัยของตน อันจะให้ได้รับผลจากการปฏิบัติดีที่สุด แล้วคอยพิจารณาในเหตุ สังเกตดูผลของการปฏิบัติเพื่อปรับปรุงวิธีการปฏิบัติในทางอบรมจิตนี้ให้ถูกต้องร่องรอยของพระปฏิบัติสัทธรรมให้มากที่สุด เข้าสู่แนวทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) ให้มากที่สุด ก็จะดำเนินไปในทางที่ถูกต้อง อันจะให้ผลเป็นความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองอย่างสมบูรณ์ไปเอง

พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงถึงธรรมปฏิบัติอันเกี่ยวด้วยสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานเพื่อความหลุดพ้นอย่างไรบ้าง ?

๑. พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงพระอริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นมัชฌิมาปฏิปทาเกี่ยวกับสมาธิและปัญญาไว้ ๕ ประการ กล่าวคือ

ความเพียรชอบใน ๔ สถาน ชื่อว่า *สัมมาวายาโม* ๑, การตั้งสติไว้ในกาย เวทนา จิต และธรรมไว้โดยชอบ ชื่อว่า *สัมมาสติ* ๑, ความตั้งใจมั่น คือการเจริญฌานทั้ง ๔ ได้แก่ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน เพื่ออบรมจิตให้สะอาดบริสุทธิ์ควรแก่การอบรมปัญญา ชื่อว่า *สัมมาสมาธิ* อีก ๑, ซึ่งสงเคราะห์เข้าใน "จิตสิกขา" เพื่ออบรมจิตใจให้หยุดให้นิ่ง เป็นสมาธิอันแนบแน่นถึงขั้น *"ฌานจิต"* เพื่อข่มและกำจัดกิเลสนิวรณ์ให้หมดสิ้นไปจากจิตใจด้วยอารมณ์แห่งฌาน ซึ่งก็คือ *การอบรมจิตในขั้นสมถกัมมัฏฐาน* นั่นเอง

กับอีก ๒ ข้อ คือการอบรมจิตใจให้เกิดมีและให้เจริญปัญญาอันเห็นชอบในทุกข์ในสมุทัย – เหตุแห่งทุกข์ ในนิโรธ – สภาวะที่ทุกข์ดับเพราะเหตุดับ และในมรรค – หนทางปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์อันถาวร ชื่อว่า *สัมมาทิฏฐิ* ๑, และการอบรมจิตใจให้มีความดำริชอบ กล่าวคือ ความดำริออกจากกามคุณทั้ง ๕ อันได้แก่ความยินดี พอใจ ติดใจอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัสทางกาย และความดำริออกจากความพยาบาท เป็นต้น ชื่อว่า *สัมมาสังกัปโป* อีก ๑ ทั้งสองประการนี้สงเคราะห์เข้าในปัญญาสิกขา คือการอบรมจิตใจให้เกิดและให้เจริญปัญญา อันจัดอยู่ในขั้น *วิปัสสนากัมมัฏฐาน* นั่นเอง

จะเห็นว่า พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงพระอริยมรรคมีองค์ ๘ ว่า *หนทางสายกลางเพื่อปฏิบัติให้พ้นทุกข์* นั้น มีอยู่ ๓ ข้อที่เป็นการปฏิบัติเพื่ออบรมจิตใจในขั้น *สมถกัมมัฏฐาน* กับอีก ๒ ข้อเป็นการอบรมจิตใจในขั้น *วิปัสสนากัมมัฏฐาน*

อนึ่ง ยังมีข้อสังเกตต่อไปอีกด้วยว่า เฉพาะแต่ในขั้นสมถกัมมัฏฐานนั้น *อย่างน้อยผู้ปฏิบัติธรรมจักต้องอบรมจิตใจให้ถึงขั้นฌานจิต* กล่าวคือ *จักต้องอบรมจิตใจให้หยุด ให้นิ่ง เป็นสมาธิที่แนบแน่นดีถึงระดับตั้งแต่ "ปฐมฌาน" ขึ้นไป "มรรคจิต" จึงจะเกิดขึ้นพร้อมด้วย "มรรคปัญญา" จากวิปัสสนากัมมัฏฐานอันมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ จึงจะสามารถปหาณสัญโญชน์ กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลก* หรือ *ตัณหา* (สมุทัย–เหตุให้เกิดทุกข์) *ได้*

และยังไม่ปรากฏเห็นตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรม เจริญภาวนาอบรมจิตใจให้เกิดสมาธิในระดับต่ำกว่าปฐมฌาน เช่นสมาธิแต่เพียงในระดับ "ขณิกสมาธิ" หรือ "อุปจารสมาธิ" ว่าจะมีพลังพอให้เกิด *"มรรคจิต"* และ *"มรรคปัญญา"* อันรวมเรียกว่า *"พระโลกุตตรมรรคญาณ"* ขึ้นปหาณสัญโญชน์ให้หมดสิ้นเป็นสมุจเฉทปหาณได้

๒. พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงทางหลุดพ้นด้วยการเจริญทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ไว้ในที่มากแห่ง เป็นต้นว่า

๒.๑ ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต ข้อ ๒๗๕ – ๒๗๖ มีความว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๒ อย่างเป็นไปในส่วนแห่งวิชชา ธรรม ๒ อย่างเป็นไฉน คือ *สมถะ* ๑ *วิปัสสนา* ๑, ดูกรภิกษุทั้งหลาย *สมถะที่ภิกษุเจริญแล้ว* ย่อมเสวยประโยชน์

อะไร ย่อมอบรมจิต จิตที่อบรมแล้ว ย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมละราคะได้, *วิปัสสนาที่อบรมแล้ว* ย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมอบรมปัญญา ปัญญาที่อบรมแล้ว ย่อมเสวยประโยชน์อะไร ย่อมละอวิชชาได้ ฯ

ดูกรภิกษุทั้งหลาย *จิตที่เศร้าหมองด้วยราคะย่อมไม่หลุดพ้น* หรือ *ปัญญาที่เศร้าหมองด้วยอวิชชาย่อมไม่เจริญ* ด้วยประการฉะนี้แล, ดูกรภิกษุทั้งหลาย *เพราะสำรอกราคะได้* จึงชื่อว่า *เจโตวิมุติ เพราะสำรอกอวิชชาได้* จึงชื่อว่า *ปัญญาวิมุติ*"

นี่ก็แปลว่า *วิชชาภาคิยะ คือธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งวิชชา เครื่องกำจัดอวิชชาอันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งปวงนั้น ก็คือทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน* นั่นเอง

และมีข้อสังเกตในพระพุทธดำรัส มีมาในมหาสาโรปมสูตรต่อไปอีกว่า *ภิกษุทั้งหลายก็เจโตวิมุติอันไม่กำเริบ อันใดมีอยู่ พรหมจรรย์นี้ มีเจโตวิมุตินั่นแหละเป็นประโยชน์ที่มุ่งหมาย มีเจโตวิมุตินั่นแหละเป็นแก่นสาร เจโตวิมุตินั่นแหละเป็นผลสุดท้ายของพรหมจรรย์ แล*

๒.๒ *พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงทางหลุดพ้นด้วยทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน* ซึ่งมีมาในพระสุตตันตปิฎก ปฏิสัมภิทามรรค ยุคนัทธวรรค ยุคนัทธกถา ข้อ ๕๓๔ – ๕๔๑ ไว้ ๓ วิธี ดังต่อไปนี้

ก. *เจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะเป็นเบื้องต้น* มีความโดยย่อว่า

"ดูกรอาวุโสทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้ ย่อมเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะเป็นเบื้องต้น เมื่อภิกษุนั้นเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะเป็นเบื้องต้นอยู่ มรรคย่อมเกิด ภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ ย่อมละสัญโญชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป ๆ

ภิกษุเจริญวิปัสสนามีสมถะเป็นเบื้องต้นอย่างไร ฯ

ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านด้วยสามารถแห่งเนกขัมมะเป็นสมาธิ *วิปัสสนาด้วยอรรถว่า พิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้น* โดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ด้วยประการดั่งนี้ สมถะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนั้นท่านจึงกล่าวว่า เจริญวิปัสสนามีสมถะเป็นเบื้องต้น ฯ

ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยสามารถความไม่พยาบาทเป็นสมาธิ ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยสามารถแห่งอาโลกสัญญาเป็นสมาธิ ฯลฯ ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยสามารถความเป็นผู้พิจารณาเห็นความสละคืนหายใจออก ด้วยสามารถความเป็นผู้พิจารณาเห็นความสละคืนหายใจเข้าเป็นสมาธิ วิปัสสนาด้วยอรรถว่า พิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้นโดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ด้วยประการดั่งนี้สมถะจึงมีก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนั้นท่านจึงกล่าวว่า เจริญวิปัสสนามีสมถะเป็นเบื้องต้น ฯ

คำว่ามรรคย่อมเกิด ความว่ามรรคเกิดอย่างไร

สัมมาทิฏฐิ ด้วยอรรถว่า *เห็น* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาสังกัปปะ* ด้วยอรรถว่า *ดำริ* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาวาจา* ด้วยอรรถว่า *กำหนด* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมากัมมันตะ* ด้วยอรรถว่า *เป็นสมุฏฐาน* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาอาชีวะ* ด้วยอรรถว่า *ผ่องแผ้ว* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาวายามะ* ด้วยอรรถว่า *ประคองไว้* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาสติ* ด้วยอรรถว่า *ตั้งมั่น* เป็นมรรคย่อมเกิด, *สัมมาสมาธิ* ด้วยอรรถว่า *ไม่ฟุ้งซ่าน* เป็นมรรคย่อมเกิด มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ฯ

เมื่อภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ กล่าวคือ มีใจจดจ่ออยู่ กระทำให้แจ้งซึ่งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง เจริญในธรรมที่ควรเจริญ และปหาณในธรรมที่ควรปหาณแล้ว ย่อมละสัญโญชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป

ข. *เจริญสมถะโดยมีวิปัสสนาเป็นเบื้องต้น* มีความโดยย่อว่า

"อีกประการหนึ่ง ภิกษุเจริญสมถะมีวิปัสสนาเป็นเบื้องต้น เมื่อภิกษุนั้นเจริญสมถะมีวิปัสสนาเป็นเบื้องต้นอยู่ มรรคย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ ย่อมละสัญโญชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป ฯ

ภิกษุนั้นย่อมเจริญสมถะมีวิปัสสนาเป็นเบื้องต้นอย่างไร ?

วิปัสสนา ด้วยอรรถว่า พิจารณาเห็นโดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา ความที่จิตมีการปล่อยธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ เพราะความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิด้วยประการดังนี้ วิปัสสนาจึงมีก่อน สมถะมีภายหลัง เพราะเหตุนั้นท่านจึงกล่าวว่าเจริญสมถะมีวิปัสสนาเป็นเบื้องต้น ฯ

ค. *เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กัน* มีความโดยย่อว่า

"อีกประการหนึ่ง ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป เมื่อภิกษุนั้นเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไป มรรคย่อมเกิด ภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อภิกษุนั้นเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ ย่อมละสัญโญชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป ฯ

ภิกษุย่อมเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปอย่างไร ?

ภิกษุย่อมเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยอาการ ๑๖ คือด้วยความเป็นอารมณ์๑, ด้วยความเป็นโคจร ๑, ด้วยความละ ๑, ด้วยความสละ ๑, ด้วยความออก ๑, ด้วยความหลีกไป ๑, ด้วยความเป็นธรรมละเอียด ๑, ด้วยความเป็นธรรมประณีต ๑, ด้วยความหลุดพ้น ๑, ด้วยความไม่มีอาสวะ ๑, ด้วยความเป็นเครื่องข้าม ๑, ด้วยความไม่มีนิมิต ๑, ด้วยความไม่มีที่ตั้ง ๑, ด้วยความว่างเปล่า ๑, ด้วยความเป็นธรรมมีกิจเป็นอันเดียวกัน ๑, ด้วยความไม่ล่วงเกินกัน ๑, ด้วยความเป็นคู่กัน ๑ ฯ

(โปรดพิจารณารายละเอียดการเจริญภาวนานี้ในพระสุตตันตปิฎก หรือในหนังสือ *ทางมรรค ผล นิพพาน — รวมธรรมปฏิบัติตามแนววิชชาธรรมกาย* หน้า ๑๕๓ – ๑๖๖)

เมื่อพิจารณาจากพระพุทธดำรัสเกี่ยวกับสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังตัวอย่างที่ยกมานี้แล้ว ก็ *ยังไม่เห็นมีแต่สักแห่งเดียวว่า พระพุทธองค์ได้ทรงแนะนำให้ทำหรือเจริญแต่วิปัสสนาหรือแต่สมถะอย่างเดียวว่าเป็นทางหลุดพ้นได้เลย* – – ที่มีอย่างแน่นอนที่สุดก็คือ **พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงทางหลุดพ้นไว้ทั้งในขั้นสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้งสิ้น** และเมื่อพิจารณาทั้งในอรรถและจากประสบการณ์ของการศึกษาและปฏิบัติธรรม ก็จะพบว่า **ทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานต่างก็เป็นธรรมปฏิบัติที่เป็นอุปการะแก่กันและกันอีกด้วย** เพียงแต่ใครจะเลือกปฏิบัติสมถะหรือวิปัสสนากัมมัฏฐานก่อนกัน หรือปฏิบัติคู่กันไป ตามจริตอัธยาศัยที่ได้เคยสั่งสมอบรมมาต่างกัน และตามความจำเป็นในขณะเจริญภาวนาธรรมอยู่เท่านั้นเอง **ผู้มีปัญญาจึงพึงศึกษาและปฏิบัติควบคู่กันไปทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานตามความจำเป็นและเหมาะสม** เพื่ออบรมจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง ซึ่งเป็นเหตุแห่งทุกข์ตามแนวทางที่ถูกต้องตรงประเด็น ก็จะช่วยให้ได้รับผลสมบูรณ์ตามที่ปรารถนาไว้

คุณค่าของสมถะต่อวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สมถกัมมัฏฐาน เป็นกิจของการอบรมจิตใจให้หยุด ให้นิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว หรือ ณ ที่จุดเดียว ให้เป็นสมาธิที่แนบแน่นดีถึงขั้นเป็นฌานจิต อันจะมีผลเป็นธรรมเครื่องข่มและกำจัดกิเลสนิวรณ์ให้หมดสิ้นไป ควรแก่งานเจริญปัญญารู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริง และเป็นธรรมเครื่องเจริญวิชชา ธรรมเครื่องดับอวิชชาอันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดตัณหา อุปาทาน เหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง ให้หมดสิ้นไป

ตราบใดที่จิตใจมีกิเลสนิวรณ์ดังต่อไปนี้ กล่าวคือ ความยินดี พอใจ ติดใจอยู่ในกามคุณทั้ง ๕ เรียกว่า *กามฉันทะ* ๑, ความโกรธ *พยาบาท* อีก ๑, ความง่วงเหงา ซึมเซา ไม่กระปรี้กระเปร่าแห่งจิต ที่เรียกว่า *ถีนมิทธะ* อีก ๑, ความฟุ้งซ่านแห่งจิต คิด วิตก กังวลไปในเรื่องราวต่าง ๆ เรียกว่า *อุทธัจจะ กุกกุจจะ* อีก ๑ และความลังเลสงสัยในแนวทางปฏิบัติธรรมว่าจะจริงหรือไม่จริงที่ เรียกว่า *วิจิกิจฉา* อีก ๑ แม้แต่อย่างใดอย่างหนึ่งครอบคลุมจิตใจอยู่ ย่อมจะไม่สามารถพิจารณาสภาวะจริงของธรรมชาติให้เห็นตามที่เป็นจริงได้โดยชัดแจ้ง อุปมาดั่งการพิจารณาดูวัตถุในโอ่งซึ่งมีน้ำขุ่นอยู่เต็ม ย่อมมองเห็นได้ยากฉันใด จิตที่มีกิเลสนิวรณ์ก็ย่อมไม่สามารถที่จะเห็นอรรถเห็นธรรมได้ชัดแจ้งฉันนั้นเหมือนกัน, ถ้าน้ำในโอ่งใส สะอาด บริสุทธิ์ดี ก็ย่อมจะสามารถเห็นวัตถุที่แม้แต่ที่เล็ก ๆ อย่างเช่นเข็มอยู่ที่ก้นโอ่งได้ฉันใด จิตใจที่ปลอดจากนิวรณ์กิเลสก็สามารถพิจารณาเห็นพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงโดยชัดแจ้งฉันนั้นเหมือนกัน

การอบรมจิตใจให้หยุด ให้นิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว หรือ ณ ที่จุดเดียว เพื่อให้เป็นสมาธิที่แนบแน่นดี จนถึงขั้นฌานจิต อย่างน้อยในขั้นปฐมฌาน (อันประกอบด้วยอารมณ์วิตก วิจาร คือความ

ตรึกตรอง ประคองนิมิตอยู่ด้วยใจ และอารมณ์ปีติ อารมณ์สุข และเอกัคคตารมณ์ คือมีอารมณ์เป็นหนึ่ง) *ขึ้นไปนี้เองที่เป็นธรรมเครื่องข่มกิเลสนิวรณ์ให้หมดสิ้นไปจากจิตใจ ตราบใดที่จิตยังไม่เสื่อมจากฌาน* กล่าวคือ

อารมณ์วิตก และ *วิจาร* เป็นธรรมเครื่องปหาณ หรือกำจัดกิเลสนิวรณ์ประเภท *ถีนมิทธะ* และ *วิจิกิจฉา*

อารมณ์ ปีติ และ *สุข* เป็นธรรมเครื่องปหาณ หรือกำจัดกิเลสนิวรณ์ประเภท *อุทธัจจะ กุกกุจจะ* และ *พยาบาท*

เอกัคคตารมณ์ เป็นธรรมเครื่องปหาณหรือเครื่องกำจัดกิเลสนิวรณ์ประเภท *กามฉันทะ*

และเมื่อผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมยิ่งเจริญสมาธิจิต ให้หยุด ให้นิ่ง แนบแน่นมั่นคงยิ่งขึ้น ถึงขั้นทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน จิตใจก็ยิ่งจะใส สะอาด บริสุทธิ์จากกิเลสดังกล่าวได้นานและแน่วแน่ยิ่งกว่าสมาธิในระดับต่ำ ซึ่งมักเสื่อมจากฌานได้โดยง่าย การพิจารณาสภาวะของธรรมชาติให้เห็นตามที่เป็นจริงก็ย่อมสามารถกระทำได้อย่างสมบูรณ์กว่าผู้มีฌานอยู่ในระดับต่ำ และนอกจากนี้ *ผู้ที่สามารถเจริญและทรงฌานได้ในระดับสูง ยังจะสามารถเจริญวิชชา* หรือ *น้อมไปเพื่อวิชชา* ต่าง ๆ *อันเป็นธรรมเครื่องช่วยกำจัดอวิชชาได้เป็นอย่างดีอีกด้วย*

พระพุทธองค์จึงได้ทรงสรรเสริญทั้งสมาธิและปัญญา ธรรมอันอุปการะแก่กันและกันนี้ว่า

"นตฺถิ ฌานํ อปญฺญสฺส นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน, ยมฺหิ ฌานญฺ จ ปญฺญา จ สเว นิพฺพานสนฺติเก ซึ่งแปลความว่า *ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา ปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีฌาน ขนใดมีทั้งฌานและปัญญาด้วย ขนนั้นแหละย่อมปฏิบัติใกล้นิพพาน*"

ในพระวิสุทธิมรรค โดยพระพุทธโฆษะ ภาคปัญญานิเทศ ก็ได้ยกพระบาลีมาอธิบายความสำคัญของสมถะ หรือสมาธิ ต่อวิปัสสนา หรือการเจริญปัญญา ไว้ว่า

"สมาธิ ตสฺสา ปทฏฺฐานํ *ถ้าจะว่าโดยอสันนการณ์ คือเหตุที่ใกล้ เป็นอุบัติเหตุให้วิปัสสนาปัญญาบังเกิดนั้น มิใช่อื่นไกล ได้แก่สมาธิ, สมาธินี่แล เป็นเหตุใกล้ สมาธิบังเกิดก่อน แล้ววิปัสสนาปัญญาจึงบังเกิดเมื่อภายหลัง*"

นอกจากนี้ ในพระวิสุทธิมรรค ยังแสดงอาการที่พระโลกุตตรมรรคญาณจะบังเกิดขึ้นด้วยกำลังพระสมถะและพระวิปัสสนา โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ ว่า

"ในขณะเมื่อพระโลกุตตรมรรคญาณบังเกิดขึ้นนั้น พระสมถะกับพระวิปัสสนามีกำลังเสมอกัน จะยิ่งหย่อนกว่ากันอย่างโลกียภาวนาหามิได้ แท้จริงกาลเมื่อพระโยคาพจรเจ้าจำเริญโลกิยสมาบัติทั้ง ๘ นั้นยิ่งด้วยกำลังพระสมถะ กาลเมื่อพิจารณาสังขารธรรมด้วยอนิจจานุปัสสนาเป็นอาทินั้น ยิ่งด้วยกำลังพระวิปัสสนา ครั้นถึงขณะเมื่อพระอริยมรรคญาณบังเกิดแล้ว กำลัง ๒ ประการมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ เป็นเอกรสมีกิจเสมอกัน เหตุสภาวะมิได้ล่วงซึ่ง

กันและกัน เหตุดังนั้น อันว่ากิริยาอันประกอบด้วยพละ ๒ ประการ ก็มีในพระอริยมรรคญาณทั้ง ๔ ด้วยประการฉะนี้ ฯ"

ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงพึงอบรมวิมังสาเป็นอิทธิบาทในการเจริญภาวนา ให้ถูกต้อง ตรงประเด็น และสมเหตุสมผล ตามแนวทางนี้ จึงจะได้ผลดี ที่ตรง และที่บริสุทธิ์ สมบูรณ์ตามความมุ่งหมาย

อนึ่ง เมื่อศึกษาอาการตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตั้งแต่ก่อนที่จะได้ตรัสรู้ แล้วก็จะพบว่า ก่อนแต่ที่พระพุทธองค์จะได้ตรัสรู้นั้น พระพุทธองค์ก็ได้บรรลุและเจริญโลกียฌานทั้งรูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ มาแต่สำนักอาฬารดาบสและอุททกดาบสอยู่ก่อนแล้ว แต่เห็นว่าการศึกษาเพียงเท่านี้ยังมิใช่ทางพ้นทุกข์อันถาวรได้ จึงได้เสด็จออกแสวงหาพระสัจจธรรมด้วยพระองค์เอง และขณะเมื่อจะบรรลุพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณภายใต้ควงไม้พระศรีมหาโพธิในคืนวันเพ็ญเดือนวิสาขะนั้นเล่า พระพุทธองค์ก็ได้เจริญรูปฌานทั้ง ๔ จนจิตตั้งมั่น บริสุทธิ์ผ่องใส ไม่มีกิเลสนิวรณ์ เป็นธรรมชาติที่อ่อนโยน ควรแก่งาน ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนั้นแล้ว จึงน้อมเข้าสู่วิชชา ๓ กล่าวคือ *ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ* คือญาณหยั่งรู้ความเป็นไปในอดีตชาติของตนเองในยามต้นแห่งราตรี, แล้วก็น้อมจิตไปเพื่อ *จุตูปปาตญาณ* คือญาณหยั่งรู้จุติและปฏิสนธิของสัตว์ทั้งหลาย ว่าสัตว์ทำกรรมดีหรือกรรมชั่วอย่างนั้น ๆ จะได้รับผลกรรมหรือไปบังเกิดในภพนั้น ๆ ที่ดี เลว ประณีต ต่าง ๆ กันตามกรรม ในยามกลางแห่งราตรี, และน้อมจิตไปเพื่อ *อาสวักขยญาณ* เพื่อพิจารณาพระสัจจธรรมให้เห็นตามที่เป็นจริง และเห็นแจ้งในปฏิจจสมุปบาทธรรม คือธรรมชาติที่เป็นเหตุในเหตุของทุกข์ในยามปลายแห่งราตรี จึงหยั่งรู้วิธีอบรมจิตให้สิ้นอาสวกิเลสเป็นสมุจเฉทปหาณและได้บรรลุพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ดั่งนี้ *ใครจะปฏิเสธได้ว่า โลกียฌานนั้นจะไม่เป็นอุปการะแก่การบรรลุพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณของพระพุทธองค์*

โลกียฌาน นั้น เมื่อเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง ในพระปรมัตถธรรมที่ควรรู้ และเพื่อกำหนดรู้พระอริยสัจจ์ทั้ง ๔ อันควรทำให้แจ้ง กล่าวคือ เป็นไปในญาณ ๓ คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ และเป็นไปเพื่อเจริญวิชชา ธรรมเครื่องดับอวิชชาอันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดตัณหาอุปาทาน เหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายแล้ว ย่อมพัฒนาไปสู่ *โลกุตตรฌาน* นับตั้งแต่เมื่อพระอริยมรรคญาณเกิดขึ้นปหาณสัญโญชน์ กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลก และได้ผลจิต เป็นอริยบุคคลนั้นเอง

จึงไม่ต้องลังเลสงสัยว่า จะควรเจริญภาวนาเพื่ออบรมจิตใจแต่เพียงสมถะ หรือแต่เพียงวิปัสสนา จึงจะได้ผลดีอีกต่อไป

วิปัสสนากัมมัฏฐาน - ความเห็นแจ้ง เห็นวิเศษอย่างไร ?

วิปัสสนากัมมัฏฐาน นั้นเป็นกิจของการอบรมจิตใจให้เจริญปัญญา อันเห็นแจ้ง – เห็นวิเศษ รู้แจ้งในสิ่ง ๒ ประการ คือ

(๑) **ในพระปรมัตถ์ธรรมที่ควรรู้** กล่าวคือ *เห็นแจ้ง รู้แจ้งในสภาวะของธรรมชาติที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งตามที่เป็นจริง* ว่า ไม่เที่ยง – จะต้องเปลี่ยนแปลงแปรผันไปตามเหตุปัจจัย ที่เรียกว่า *อนิจจัง* ๑, ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ถ้าผู้ใดยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหาและทิฏฐิแล้วย่อมเป็นทุกข์ตามส่วน – เรียกว่า *ทุกขัง* ๑, และในที่สุดก็จะเสื่อมสลายหมดสิ้นไปจากสภาพเดิม เรียกว่าเป็น *อนัตตา* อีก ๑ รวมเรียกว่า *พระไตรลักษณ์* หรือ *สามัญญลักษณะ* กับ *ความเห็นแจ้ง — เห็นวิเศษ* และ *รู้แจ้งในสภาวะของธรรมชาติที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง* อย่างเช่น ธรรมกาย พระนิพพาน และอายตนนิพพาน ว่ามีสภาพตรงกันข้าม กล่าวคือมีความเป็น *นิจจัง สุขัง* และ *อัตตา* อย่างไร และ

(๒) **ในพระอริยสัจจธรรม** ได้แก่ ความเห็นแจ้ง รู้แจ้ง *ในทุกขสัจจ์ที่ควรรู้, ในสมุทัย* - เหตุแห่งทุกข์ *ที่ควรปหาณ, ในนิโรธ* – สภาวะที่ทุกข์ดับเพราะเหตุดับ *ที่ควรทำให้แจ้ง* และ *ในมรรคสัจจ์* – หนทางปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์อันถาวร *ที่ควรเจริญ อันเป็นไปในญาณ ๓* คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ เป็นต้น

ความเห็นแจ้ง – เห็นวิเศษ และความ (หยั่ง) รู้แจ้งดังที่กล่าวนี้ เป็นความเห็นแจ้ง – เห็นวิเศษ ด้วยพุทธจักษุ และเป็นความหยั่งรู้แจ้งด้วยพระญาณของพระธรรมกาย อันรวมเรียกว่า เป็น **ความตรัสรู้** ด้วยตนเอง

หากเป็นกรณีของพระพุทธเจ้าก็ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง แต่ถ้าเป็นกรณีของพระอรหันตสาวกของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ปฏิบัติพระสัทธรรมตามพระพุทธองค์ แล้วก็ตรัสรู้ตามพระพุทธองค์

แปลว่า **ต้องเห็นก่อนจึงรู้แจ้ง** พระพุทธองค์จึงได้ทรงแสดงไว้ในธัมมจักกัปปวัตนสูตร ปางปฐมเทศนาโปรดพระปัญจวัคคีย์ว่า จกฺขุํ อุทปาทิ ญาณํ อุทปาทิ ปญฺญา อุทปาทิ วิชฺชา อุทปาทิ อาโลโก อุทปาทิ ซึ่งแปลความว่า *"จักษุได้เกิดขึ้นแล้ว ญาณได้เกิดขึ้นแล้ว ปัญญาได้เกิดขึ้นแล้ว วิชชาได้เกิดขึ้นแล้ว และแสงสว่างได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา"*

คำว่า *จักษุ* คือความเห็นแจ้ง ได้เกิดขึ้นแล้วนั้น เห็นด้วยอะไร ?

เห็นด้วยจักษของมนุษย์ ของทิพย์ ของพรหมหรือ ?

ไม่มีทางเป็นเช่นนั้นไปได้ เพราะว่าธรรมชาติที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งอย่างเช่น ธรรมกาย พระนิพพาน หรืออายตนนิพพานนั้น ละเอียดเกินกว่าจักษุของกายในภพสามนี้จะสามารถเห็นได้ มังสะจักษุ ทิพยจักษุ และสมันตจักษุ นั้นสามารถรู้เห็นได้แต่เพียงธรรมชาติ

ในภพสามนี้เท่านั้น ต่อเมื่อพระพุทธองค์ได้เจริญภาวนาถึงธรรมกาย ซึ่งเป็นกายที่ ๙ ขึ้นไป อันเป็นกายที่พ้นภพสามนี้ไปแล้ว จึงสามารถเห็นอายตนะที่ละเอียดเสมอกัน อย่างเช่นพระนิพพานหรืออายตนนิพพานได้ ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้ว่า "อตฺถิ ภิกฺขเว อชาตํ อภูตํ อกตํ อสงฺขตํ" ซึ่งแปลความว่า *ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรมชาติอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำไม่ได้แล้ว ไม่ปรุงแต่งแล้ว มีอยู่* และว่า "คมฺภีโร จายํ ธมฺโม ทุทฺทโส ทุรานุโพโธ สนฺโต ปณีโต อตกฺกาวจโร นิปุโร ปณฺฑิตเวทนิโย" ซึ่งแปลความว่า *ธรรมนี้เป็นสภาพลึก เห็นได้ยาก ตรัสรู้ได้ยาก เป็นธรรมสงบ ประณีต คิดเดาไม่ได้ เป็นธรรมละเอียด เป็นวิสัยที่บัณฑิตพึงรู้*

และประการที่สำคัญก็คือว่า **พระพุทธองค์นั้นได้เสด็จอุบัติแท้โดย "ธรรมกาย"** ซึ่งเป็นกายพระพุทธรัตนะดังที่ได้เคยกล่าวมาแล้ว **ความเห็นแจ้งของพระพุทธองค์จึงเป็นความเห็นแจ้งด้วยตาธรรมกาย ซึ่งเป็นพุทธจักษุ** จึงจัดเป็นความเห็นแจ้ง – เห็นวิเศษ อย่างแท้จริง หาใช่เพียงแต่เห็นด้วยจักษุของกายในภพสาม อันได้แก่ของมนุษย์ ของทิพย์ และของพรหม – อรูปพรหมไม่

ความ (หยั่ง) รู้แจ้งก็เช่นกัน หาใช่ความหยั่งรู้ด้วยวิญญาณของกายในภพสามอันยังมีอวิชชานุสัยห่อหุ้มอยู่ไม่ หากแต่ *เป็นความหยั่งรู้ด้วยพระญาณของพระธรรมกายที่บริสุทธิ์ผ่องใสจากอวิชชา และที่เบิกบานแล้ว เต็มธาตุเต็มธรรมของพระธรรมกายนั้นเอง*

ผู้ที่เจริญภาวนาได้ถึงธรรมกายที่ละเอียด ๆ และเจริญภาวนานำไปในแนวทางที่ถูกต้องและตรงประเด็นแล้ว ย่อมประจักษ์ในความข้อนี้ทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *ย่อมเห็นชัดแจ้งว่าธรรมชาติใดควรละ ธรรมชาติใดควรเจริญ ควรทำให้แจ้ง ควรเข้าถึงและควรเป็น พร้อมทั้งเหตุและผลอย่างสมบูรณ์*

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย เป็นสมถะหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน ?

การเจริญภาวนาเพื่ออบรมจิตใจใน **ขั้นโลกียวิปัสสนา** นั้น มีลักษณะที่เป็น **วิปัสสนากัมมัฏฐานอันมีสมถะเป็นเบื้องต้น** ส่วนการเจริญภาวนาในขั้น **โลกุตตรวิปัสสนา** มีลักษณะที่เป็น **สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานคู่กัน** กล่าวคือ

การเจริญภาวนาอบรมจิตใจให้หยุด ให้นิ่ง เป็นสมาธิที่แนบแน่น โดยเริ่มด้วยการกำหนดเครื่องหมายเป็นดวงแก้วกลมใสขึ้นที่ศูนย์กลางกายตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม เพื่อให้ "ใจ" อันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ซึ่งขยายส่วนหยาบออกมาจากธาตุละเอียดของเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ให้มารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ณ ที่ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมนั้น ก็มีลักษณะที่เป็น "**สมถกัมมัฏฐาน**" และเมื่อเจริญภาวนาโดยรวมใจหยุดในหยุดอีกต่อไป และเข้าถึง และเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม

เป็น ณ ภายใน อีกต่อไป ให้ได้เห็นความเกิด – ความดับไปของสังขารธรรม หรือนามรูปทั้งหลายตามธรรมชาติที่เป็นจริง ก็มีลักษณะที่เป็น "**วิปัสสนากัมมัฏฐาน**" เป็นต้นว่า

การเจริญภาวนาโดยผ่านดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ ของแต่ละกายที่ซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ ละเอียดเข้าไปข้างในนี้เอง คือ *การพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็น ณ ภายใน* ถ้าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมในส่วนที่หยาบออกมาจนถึงกายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อ ก็เรียกว่า *พิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็น ณ ภายนอก*

และที่ว่าเป็นการพิจารณาเห็นธรรมในธรรมนั้นก็เพราะว่า เมื่อผู้เจริญภาวนาอบรมจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ให้เห็นและเข้าถึงความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ที่ละเอียด ประณีตเข้าไปเช่นนี้ ก็จัดเป็นการพิจารณาเห็นธรรมฝ่ายบุญกุศล ที่เรียกว่า *กุสลาธัมมา* อันมีผลให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึง *สุคติภพ* ในทันทีตามสายปฏิจจสมุปบาทธรรม ซึ่งจะพบเห็นและสัมผัสกับธรรมชาติที่ใสสะอาด บริสุทธิ์ ละเอียด ประณีต ไปตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ แต่ส่วนผู้ที่มิได้ประพฤติปฏิบัติทางกาย ทางวาจา และทางใจในฝ่ายบุญกุศล กลับประพฤติปฏิบัติไปในทางอันไม่บริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ก็จัดเป็นธรรมฝ่ายบาปอกุศล ที่เรียกว่า *อกุสลาธัมมา* ผู้ประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ก็จะพบเห็นแต่ความมืดในดวงจิต เพราะเหตุที่จิตใจเศร้าหมอง และตกต่ำลงสู่อบายภูมิหรือ *ทุคติภพ* ในทันทีตามสายปฏิจจสมุปบาทธรรม และสำหรับผู้ที่ปฏิบัติในทางที่ไม่เป็นบุญเป็นบาป ก็จัดเป็นธรรมฝ่ายกลาง ๆ ที่เรียกว่า *อัพยากตาธัมมา* นั่นเอง

ขณะเดียวกัน เมื่อกำลังเจริญภาวนาผ่านกายมนุษย์ละเอียด, ทิพย์ – ทิพย์ละเอียด, พรหม – พรหมละเอียด และอรูปพรหม – อรูปพรหมละเอียด อันใสละเอียด สะอาด บริสุทธิ์ซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ เข้าไปข้างในนั้น ก็เป็น *การพิจารณาเห็นกายในกาย เป็น ณ ภายใน* และถ้าพิจารณาเห็นกายที่หยาบ ๆ ออกมาจนถึงกายมนุษย์หยาบ หรือกายทุคติ ก็ *เป็นการพิจารณาเห็นกายในกาย เป็น ณ ภายนอก*

และเมื่อเจริญภาวนาผ่านดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ซึ่งขยายส่วนหยาบจากธาตุละเอียดของขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ณ ที่ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม ได้เห็นเวทนาที่เป็นสุข ละเอียด ประณีต เข้าไปข้างในตามกาย และเป็นการเจริญภาวนาที่มีผล เป็นการชำระจิตใจ กล่าวคือชำระกิเลสในดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิดและในดวงรู้ ซึ่งมีปฏิฆานุสัย กามราคานุสัย และอวิชชานุสัยห่อหุ้มอยู่ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปตามกายสุคติที่ละเอียด ประณีต เข้าไปนี้เอง ที่เป็น *การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา* และ *เห็นจิตในจิต เป็น ณ ภายใน* แต่ถ้าพิจารณาเห็นเวทนาและจิตใจของกายที่หยาบออกมาจนถึงกายมนุษย์และกายทุคติ ก็เป็น *การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาและจิตในจิต เป็น ณ ภายนอก*

การพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม เป็นทั้ง ณ ภายในและภายนอกนี้เอง ที่เป็นการเจริญภาวนา **กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** และ **ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** รวมเรียกว่า **"สติปัฏฐาน ๔"**

การเจริญภาวนาตามแนวใดก็ตาม ที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมเจริญปัญญารู้เห็นสภาวะของธรรมชาติ โดยเพียงแต่อาศัยจักษุของกายในภพสามเป็นเครื่องช่วยในการพิจารณา "เห็น" และอาศัยแต่เพียงวิญญาณของกายในภพสามอันยังมีอวิชชานุสัยห่อหุ้มอยู่เป็นเครื่องช่วย "รู้" ซึ่งมีขีดความสามารถอันจำกัด มีอุปมาดั่งลูกไก่ยังอยู่ในกระเปาะไข่ ยังไม่เคยได้เห็นโลกภายนอกอันกว้างขวางนี้ จัดว่ายังเป็น *"โลกียวิปัสสนา"*

และความที่ผู้เจริญภาวนายังยกสังขารนิมิตอันตัณหาสมุทัยปรุงแต่งให้เป็นไปนี้ขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ แล้วพิจารณายึดหน่วงเอาเป็นอารมณ์ และยังตัดตัณหาสมุทัยอันเป็นเหตุให้เป็นไปในสังขารนิมิตนั้น หรือยังตัดสัญโญชน์กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลกอย่างน้อยเบื้องต่ำ ๓ ประการไม่ได้โดยเด็ดขาดเป็นสมุจเฉทปหาณ เพราะพระอริยมรรคญาณของพระธรรมกายซึ่งเป็นพนักงานปหาณตัณหา สมุทัย หรือสัญโญชน์ดังกล่าวยังมิได้เกิดขึ้น ก็จัดว่ายังไม่ถึง *วุฏฐาน* กล่าวคือยังมิได้ออกจากภาคทั้ง ๒ คือ *"สังขารนิมิต"* และ *"ตัณหาปวัตติ"*

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายในขั้นโลกียวิปัสสนานี้ จัดว่าเป็น **การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะเป็นเบื้องต้น**

ผู้มีปัญญาจึงมิได้หยุดอยู่เพียงนั้น หากแต่พึงต้องดำเนินต่อไป กล่าวคือจดใจอันประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด และความรู้ของกายอรูปพรหมละเอียดให้หยุดนิ่งลงไปที่ศูนย์กลางกายอรูปพรหมละเอียด ก็จะเห็นและถึงดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ และเมื่อจดใจหยุดนิ่งลงไปที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะถูกส่วนเข้า ศูนย์กลางดวงนี้ก็จะขยายตัวว่างออก ก็จะเห็น *ธรรมกาย* ซึ่งมีลักษณะเหมือนพระพุทธปฏิมากรเกตุดอกบัวตูม ขาว ใส บริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่าง อยู่ในท่าขัดสมาธิ หันหน้าไปในทางเดียวกันกับเรา ปรากฏขึ้น และเมื่อดำเนินไปในแบบเดิม ก็จะถึงธรรมกายที่ละเอียด ๆ ต่อไป กล่าวคือ ธรรมกายโคตรภูละเอียด, แล้วก็ธรรมกายพระโสดา – พระโสดาละเอียด, ธรรมกายพระสกิทาคา – พระสกิทาคามีละเอียด, ธรรมกายพระอนาคา – พระอนาคามีละเอียด และธรรมกายพระอรหัต – พระอรหัตละเอียด, แล้วก็ดำเนินไปในแบบเดิมเพื่อเข้าถึงธรรมกายพระอรหัต ๆ ๆ ๆ ที่ละเอียด ๆ ต่อ ๆ ไปจนสุดละเอียด

เมื่อผู้เจริญภาวนาได้ถึง *ธรรมกาย* แล้ว ก็จะเห็นดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ของพระธรรมกายนั้น ใส สะอาดบริสุทธิ์ยิ่งนัก ปราศจากปฏิฆานุสัย กามราคานุสัย และอวิชชา

นุสัยหุ้มซ้อนอยู่ จึงเบิกบาน ขยายโตเต็มส่วน เต็มธาตุเต็มธรรม มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่ากับหน้าตักและความสูงขององค์พระธรรมกาย

นี้เป็นการเริ่มต้นได้โคตรภูญาณ อันละอารมณ์จากสังขารนิมิต ได้แก่สังขารของกายในภพ ๓ แล้ว ก็ยึดหน่วงเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ต่อไป ในทางปฏิบัติ ผู้เจริญภาวนาจะเจริญสมาบัติ ๘ โดยอนุโลมและปฏิโลม จนจิตละเอียด สะอาดบริสุทธิ์จากเครื่องเศร้าหมอง สามารถปล่อยอุปาทานในขันธ์ ๕ ของกายในภพ ๓ และปล่อยความยินดีในฌาน–สมาบัติ เมื่อปล่อยขาดพร้อมกัน ธรรมกายก็จะตกสูญ ธรรมกายที่สุดละเอียดก็จะไปปรากฏอยู่ในอายตนนิพพาน ก็เข้าซ้อนซับทับทวีกับพระนิพพานที่ละเอียด ๆ ต่อไป เป็นการได้พระนิพพานเป็นอารมณ์อยู่เสมอ การเจริญภาวนามาถึงขั้นนี้ได้ชื่อว่า *"เอกโตวุฏฐาน"* คือ ออกจากภาคอันหนึ่ง คือออกจาก "สังขารนิมิต"

เมื่อผู้เจริญภาวนาใช้ตาธรรมกายพิจารณาพระอริยสัจจ์ในกายมนุษย์ ในกายทิพย์ พรหม อรูปพรหม ให้เห็นแจ้งในสภาวะของธรรมชาติทั้งหลายดังกล่าวตามที่เป็นจริง และ (หยั่ง) รู้พระอริยสัจจ์ด้วยญาณ ๓ กลุ่ม คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ ด้วยญาณพระธรรมกาย และเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ ในสภาวะจริงของธรรมชาติ ทั้งที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง อย่างเช่นสังขารธรรมของกายในภพ ๓ ว่ามีสามัญญลักษณะเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ ในอสังขตธาตุ อสังขตธรรม อันไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง ได้แก่พระธรรมกาย พระนิพพาน และอายตนนิพพาน ตามที่เป็นจริงว่า มีสภาวะที่เป็นตรงกันข้าม กล่าวคือ เป็นนิจจัง สุขัง และอัตตา โดยขณะที่พระอริยมรรคญาณของพระธรรมกายเกิดขึ้นปหาณตัณหา สมุทัย หรือสัญโญชน์ ทั้งหลายนั้น ก็มีพระนิพพานเป็นอารมณ์อยู่ โดยละอารมณ์จากสังขารนิมิตเสียแล้ว ดั่งนี้ชื่อว่า *"อุภโตวุฏฐาน"* คือออกจากภาคทั้งสอง (ทั้งสังขารนิมิตและตัณหาหรือสัญโญชน์)

การเจริญภาวนาในขั้นนี้เองที่จัดเป็น *โลกุตตรวิปัสสนา* และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับ **การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายในขั้นนี้** จึงมีลักษณะที่เป็น **ทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานคู่กัน**

อนึ่ง นอกจากการพิจารณาสภาวะของธรรมชาติดังกล่าวแล้ว ผู้ปฏิบัติธรรมยังรวมใจหยุดในหยุดอยู่ในกลางดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ของพระธรรมกายที่สุดละเอียด เพื่อดับเห็น จำ คิด รู้ ส่วนหยาบ เข้าสู่เห็น จำ คิด รู้ ส่วนละเอียดของพระธรรมกายที่สุดละเอียดอยู่เสมอ เรียกว่าดับหยาบไปหาละเอียด ๆ ๆ ๆ อยู่เสมอนั้น ก็จัดเป็น *"นิโรธ"* แต่ *ไม่จัดว่าเป็นนิโรธสมาบัติ* หากแต่เป็น *"นิโรธ"* ในความหมายของ *"การทำให้แจ้งซึ่งสภาวะที่ทุกข์ดับเพราะเหตุดับ" การเจริญภาวนาดังกล่าวนี้* ก็จะเห็นชัดแจ้งว่า *เป็นพระกัมมัฏฐานที่มีทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานคู่กัน* และ *ก็เข้าคู่กันได้อย่างแนบสนิท สมกับความมุ่งหมายของสติปัฏฐาน* อันชื่อว่า *"มหาสติปัฏฐาน"*

ดังจะขอยกตัวอย่างการเจริญภาวนาอันมีทั้งสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานคู่กัน มาพอให้เข้าใจสัก ๓ ตัวอย่าง ต่อไปนี้

"ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยอารมณ์อย่างไร ?

เมื่อภิกษุละอุทธัจจะ สมาธิคือความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นอารมณ์ ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความเป็นอารมณ์เพราะเหตุดังนี้นั้นท่านจึงกล่าวว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยความเป็นอารมณ์ ฯ

ภิกษุย่อมเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยความเป็นโคจรอย่างไร ?

เมื่อภิกษุละอุทธัจจะ สมาธิคือความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อภิกษุละอวิชชา วิปัสสนาด้วยอรรถว่าพิจารณาเห็น มีนิโรธเป็นโคจร ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความเป็นโคจร เพราะเหตุดังนี้นั้นท่านจึงกล่าวว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยความเป็นโคจร ฯ

ภิกษุย่อมเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยความละอย่างไร ?

เมื่อภิกษุละกิเลสอันประกอบด้วยอุทธัจจะ และขันธ์ สมาธิคือความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อภิกษุละกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชาและขันธ์ วิปัสสนาด้วยอรรถว่าพิจารณาเห็นมีนิโรธเป็นโคจร ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความละ เพราะเหตุดังนี้นั้นท่านจึงกล่าวว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความละ ฯ

ฯลฯ

ผู้สนใจศึกษาและปฏิบัติธรรม จึงพึงต้องอบรม ต้องเจริญวิมังสาเป็นอิทธิบาท เพื่อให้การเจริญภาวนาเป็นไปโดยถูกต้อง ตรงประเด็น สมเหตุ สมผล ดั่งนี้ จึงจะได้ผลดีตามที่ปรารถนา

การเจริญภาวนาต้องผ่านนิมิต ต้องใช้นิมิตหรือไม่ ?

สำหรับปัญหาข้อนี้ ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมพึงพิจารณาจากพระพุทธภาษิต มีมาในฉกนิบาตอังคุตตรนิกาย ข้อ ๓๓๙ ก็จะพบว่า ผู้เจริญภาวนาโดยไม่ผ่านนิมิต ไม่ใช้นิมิตเลยนั้น จะเป็นไปได้หรือไม่ เพียงใด โดยจะเห็นแนวทางปฏิบัติเพื่อละสัญโญชน์และเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง ซึ่งพระพุทธองค์ได้แสดงไว้อย่างแน่ชัด ดังต่อไปนี้

"ภิกษุทั้งหลาย ! ภิกษุผู้ที่พอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ ยินดีในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ ตามประกอบในความพอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ เป็นผู้พอใจในหมู่ ยินดีในหมู่ ตามประกอบ

ความพอใจในหมู่ อยู่แล้วหนอ, เธอนั้น จักมาเป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดีในความสงัดเงียบนั้น ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่มีได้

เมื่อไม่เป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบแล้ว จักถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิตวิปัสสนาจิตได้นั้น ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่มีได้

เมื่อไม่ได้ถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิตวิปัสสนาจิตแล้ว จักยังสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์นั้น ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่มีได้

เมื่อไม่ทำสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์แล้ว จักยังสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์นั้น ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่มีได้

เมื่อไม่ทำสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์แล้ว จักละสัญโญชน์ทั้งหลายนั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้

เมื่อไม่ละสัญโญชน์ทั้งหลายแล้ว จักทำนิพพานให้แจ้งนั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้เลย

ภิกษุทั้งหลาย ! ภิกษุที่ไม่พอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ ไม่ยินดีในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ ไม่ตามประกอบความพอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ ไม่เป็นผู้พอใจในหมู่ ไม่ยินดีในหมู่ ไม่ตามประกอบความพอใจในหมู่ อยู่แล้วหนอ, เธอนั้น จักมาเป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบนั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้

เมื่อเป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบแล้ว จักถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิตวิปัสสนาจิตได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้

เมื่อถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิตวิปัสสนาจิตได้แล้ว จักยังสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์ได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้

เมื่อทำสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์ได้แล้ว จักยังสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์ได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้

เมื่อทำสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์ได้แล้ว จักละสัญโญชน์ทั้งหลายได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้

เมื่อละสัญโญชน์ทั้งหลายได้แล้ว จักทำนิพพานให้แจ้งได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้แล"

คำว่า "นิมิต" มีความหมายตามที่ปรากฏในพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถานว่า "นิรมิต, สร้าง, แปลง, ทำ" และในความหมายของคำว่า "นิรมิต" นั้น ยังหมายถึง "บันดาลให้มีขึ้น" อีกด้วย นี้เป็นความหมายที่ ๑, สำหรับความหมายที่ ๒ ของคำว่า "นิมิต" ก็หมายถึง "เครื่องหมาย, ลาง, เหตุ, เค้ามูล" เป็นต้น

โดยความหมายหลายอย่างต่าง ๆ กันนี้เอง ที่มีผู้ใช้คำว่า "นิมิต" ในหลายสถานเช่นว่า

ความฝัน ที่เวลาบุคคลนอนหลับแล้วฝันไป ก็เรียกว่า *สุบินนิมิต*

การแสดงนัยให้ทราบ อย่างเช่นพระพุทธองค์ได้ทรงแสดงนัยให้พระอานนท์ทราบถึงวาระที่พระพุทธองค์จะทรงปลงสังขารแล้ว อย่างนี้ก็เรียกว่า พระพุทธองค์ได้ทรง *"แสดงนิมิต"*

หรือ *การกำหนดเครื่องหมายใด ๆ ขึ้นในใจ* คือนึกให้เห็นเครื่องหมายนั้นด้วยใจ ก็เรียกว่า *บริกรรมนิมิต* บริกรรม แปลว่า กำหนดในใจ, ถ้านึกเห็นนิมิตด้วยใจได้ชัดเจนเพียงชั่วขณะก็เรียกว่าเกิด *"อุคคหนิมิต"* และถ้าเห็นเครื่องหมายได้ชัดเจน นาน ติดตา จะนึกขยายให้โตใหญ่ หรือย่อให้เล็กลงด้วยใจก็ทำได้ อย่างนี้เรียกว่า *"ปฏิภาคนิมิต"*

คำว่า "นิมิต" ที่ใช้เรียกกันในหมู่ผู้ปฏิบัติภาวนาธรรมนั้น มุ่งหมายถึง "นิมิต" หรือ "เครื่องหมายที่กำหนดขึ้นที่ใจ" ซึ่งเรียกว่าบริกรรมนิมิต หรืออุคคหนิมิต และปฏิภาคนิมิต "เครื่องหมายที่กำหนดขึ้นในใจ หรือที่ปรากฏเห็นขึ้นในใจ" อันได้แก่บริกรรมนิมิต ซึ่งเป็นอุบายวิธีที่จะรวมใจอันได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ หรือความเห็น ความจำ ความคิด และความรู้ ให้มารวมอยู่ในอารมณ์เดียว แน่บแน่นเป็นสมาธิดี เมื่อใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้า ก็จะเห็น อุคคหนิมิต และปฏิภาคนิมิต ตามลำดับของใจที่หยุดนิ่ง เป็นสมาธิที่แนบแน่นดี

ในการให้กำหนดเครื่องหมายขึ้นที่ใจ หรือที่เรียกว่า บริกรรมนิมิต เพื่อให้ใจมารวมหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวนั้น อาจจะไม่เพียงพอที่จะช่วยประคองใจให้หยุดให้นิ่งได้โดยง่าย จึงมักให้กำหนด"บริกรรมภาวนา" คือให้นึกว่าในใจอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ หรือ "พุทโธ ๆ ๆ" ก็แล้วแต่ เพื่อให้ใจช่วยประคองนิมิตนั่นไว้ แปลว่าการที่จะตะล่อมใจให้เข้ามารวมอยู่ที่บริกรรมนิมิตนั้น อาจจะไม่พอที่จะขังใจ ที่มีสภาพเบา กวัดแกว่งง่าย ฟุ้งซ่านได้ง่าย ให้หยุดให้นิ่งได้ ก็จึงหางานให้ใจเขาทำอีกด้วยโสดหนึ่ง คือให้นึกว่าในใจที่เรียกว่าบริกรรมภาวนา เพื่อให้ใจประคองนิมิตนั้นยิ่งขึ้น จะได้ไม่ซัดส่ายออกไปข้างนอกนิมิตนั้น

เมื่อใจถูกประคองให้มารวมอยู่เสียกับบริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนาคู่กันหนักเข้า ก็จะค่อย ๆ เชื่อง แล้วก็จะค่อย ๆ รวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ที่เรียกว่า "อารมณ์เดียว" หรือ *"เอกัคคตารมณ์"* "ใจ" อันประกอบด้วย ความเห็นนิมิต, ความจำนิมิต, ความคิด และความรู้ในนิมิต มารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ก็จะเห็นนิมิตนั่นชัดขึ้น เรียกว่า อุคคหนิมิต หรือปฏิภาคนิมิต ตามระดับของใจที่รวมหยุดเป็นสมาธิที่แนบแน่นดี

ในขณะที่ผู้ปฏิบัติภาวนาเพิ่งกำหนดบริกรรมนิมิตนั้น ใจเพิ่งจะเริ่มเป็นสมาธิ คืออยู่ในอารมณ์เดียว สมาธิในระดับนี้เรียกว่า *ขณิกสมาธิ,* แต่พอเห็นนิมิตชัดเจนได้เพียงชั่วขณะ ที่เรียกว่า อุคคหนิมิตนั้น ใจที่เป็นสมาธิระดับนี้เรียกว่า สมาธิในระดับ *อุปจารสมาธิ* แต่เมื่อเห็นปฏิภาคนิมิต คือเห็นนิมิตได้ชัดเจน นาน ติดตา และสามารถจะนึกขยายให้ใหญ่หรือย่อให้เล็กลงได้เรียกว่าจิตเป็นสมาธิระดับ*อัปนาสมาธิ* อันเป็นเบื้องต้นของ *ปฐมฌาน*

กล่าวคือเมื่อจิตประกอบด้วยอารมณ์วิตก วิจาร คือยังมีความตรึกตรองประคองนิมิตอยู่, และมีอารมณ์ปีติยินดีที่ได้พบเห็นสิ่งที่เย็นตาเย็นใจ ก่อให้เกิดความสุขอย่างละเอียด ๆ เช่นนั้น และจิตอยู่ในอารมณ์เดียวได้แนบแน่นดีเช่นนี้ ก็จัดว่าจิตเป็นสมาธิในขั้น *ปฐมฌาน*

สมาธิตั้งแต่ระดับปฐมฌานขึ้นไปนี้เอง ที่เป็นจิตที่ปราศจากนิวรณ์ธรรมแล้ว เพราะมีองค์ฌาน เครื่องปหาณนิวรณ์ครบถ้วน จึงจัดเป็นจิตที่ควรแก่งานวิปัสสนา เพื่อเจริญปัญญารู้แจ้งในสภาวธรรมตามธรรมชาติที่เป็นจริง เพราะสามารถเห็นอรรถเห็นธรรมได้ชัดแจ้งพอสมควร

เพราะฉะนั้น "นิมิต" จึงจำเป็นที่จะต้องใช้เป็นอุบายวิธี ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์วิตก วิจาร เครื่องปหาณนิวรณ์ และเพื่อทำใจให้หยุด ให้นิ่ง เป็นสมาธิที่แนบแน่นดีกว่าอย่างอื่น และเมื่อจิตเจริญภาวนาจนเป็นสมาธิระดับฌานต่าง ๆ นั้น ก็จะต้องมีนิมิตหรือผ่านนิมิตทั้งสิ้น แม้แต่จะเป็นอรูปฌาน ที่ว่าไม่กำหนดรูปเป็นอารมณ์ อย่างเช่น กำหนดยึดหน่วงเอาอากาศไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ เมื่อจิตละเอียดหนักเข้า ก็เห็นนิมิตคืออากาศนั้นแหละ หรือในกรณีที่กำหนดวิญญาณไม่มีที่สิ้นสุดเป็นอารมณ์ หรือกำหนดยึดหน่วงเอาความว่างเปล่า ไม่มีอะไรเป็นอารมณ์ ก็เห็นวิญญาณ หรือความว่างเปล่านั้นแหละ ที่เห็นนั่นแหละคือนิมิตล่ะ, แม้เมื่อจิตเป็นอุเบกขาที่เรียกว่า อุเบกขินทรีย์ ก็ยังต้องมีนิมิต ดังพระพุทธดำรัสมีมาในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค อุปปฏิกสูตร ข้อ ๙๖๑ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับหลวง เล่มที่ ๑๙ หน้า ๒๖๙ ความว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุในธรรมวินัยนี้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว อุเบกขินทรีย์เกิดขึ้น เธอย่อมรู้ชัดอย่างนี้ว่า อุเบกขินทรีย์เกิดขึ้นแล้วแก่เรา และอุเบกขินทรีย์นั้น มีนิมิต มีเหตุ มีเครื่องปรุงแต่ง มีปัจจัย แต่จะอนุมานเอาว่า อุเบกขินทรีย์นั้น ไม่ต้องมีนิมิต ไม่มีเหตุ ไม่มีเครื่องปรุงแต่ง ไม่มีปัจจัย จักเกิดขึ้นได้ดังนี้ มิใช่ฐานะที่จะมีได้..."

ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน อย่างเช่นพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ก็เช่นเดียวกัน ก็ต้องอาศัยนิมิต นึกเห็นนิมิตจึงจะพิจารณาสภาวธรรมได้ จึงจะเห็นสภาวะที่แท้จริงตามธรรมชาติที่เป็นจริงได้ อย่างเช่นการเจริญอสุภกัมมัฏฐานอันนับเนื่องอยู่ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น มิใช่ว่าจะต้องไปพิจารณาดูแต่ที่ซากศพ หรือจะต้องนำศพไปพิจารณาด้วย หรือจะต้องสาวไส้สาวพุงของใครต่อใครมาดูจึงจะเรียกว่า อสุภกัมมัฏฐาน หาใช่เช่นนั้นไม่ ในทางปฏิบัติ เมื่อได้เคยเห็นซากศพหรืออวัยวะน้อยใหญ่ทั้งหลายในหลาย ๆ ลักษณะ ก็จำภาพนั้นหรืออารมณ์นั้น แล้วน้อมเอาอารมณ์นั้นหรือภาพนั้นมาพิจารณาด้วยใจ *การพิจารณาก็จะต้องนึกเห็นทั้งลักษณะและสภาพที่เป็นจริงว่าเป็นแต่สิ่งปฏิกูล โสโครก น่าเกลียด และเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา* เหล่านี้เป็นต้น *จึงจะเรียกว่ารู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะของธรรมชาติตามที่เป็นจริง ถ้านึกไม่เห็นแล้วทำไมจึงจะอ้างได้ว่า เห็นแจ้งตามสภาวะจริง*

ของธรรมชาติที่เป็นจริงได้เล่า การเห็นของจริงด้วยตาเนื้อนั้นเป็นแต่เพียงเริ่มต้นของเรื่องที่จะนำมาพิจารณาเท่านั้น **แต่การเจริญสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้นเป็นกิจทางใจ แม้จะเห็นธรรม ณ เบื้องหน้าซากศพ ก็เป็นการเห็นด้วย "ใจ" หาใช่เห็นธรรมด้วยตาเนื้อไม่ และการเห็นสิ่งที่น้อมนำมาพิจารณาสภาวธรรมด้วยใจนั้น ก็คือนิมิตนั่นเอง**

เรียกว่า *หนีนิมิตไม่พ้น* ในทางปฏิบัติแล้วจะต้องผ่านนิมิตเสมอไป ถ้าไม่ผ่านก็ไม่ได้เห็น ถ้าไม่ได้เห็น ก็จะอ้างว่าเห็นแจ้งในสภาวะจริงของธรรมชาติที่เป็นจริงไม่ได้ ก็มีแต่ท่องจำเอาจากตำราเท่านั้น พระพุทธองค์ก็มิได้ปฏิเสธนิมิตในการเจริญภาวนาธรรม และยังแถมประทานพระบรมพุทโธวาท มีมาในพระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๑ สังยุตตนิกาย มหาวรรค ข้อ ๕๓๓ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๑๙ ความว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็อะไรเล่า เป็นอาหารให้สมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้วให้เจริญบริบูรณ์, ดูกรภิกษุทั้งหลาย *สมาธินิมิต อัพยัคคนิมิต (คือนิมิตแห่งจิตอันมีอารมณ์ไม่ฟุ้งซ่าน) มีอยู่ การกระทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในนิมิตนั้น นี้เป็นอาหารให้สมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้ว ให้เจริญบริบูรณ์*"

ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงย่อมแจ้งประจักษ์ว่า การเจริญภาวนาจักต้องผ่านและอาศัยนิมิตทั้งในขั้นสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างแน่นอน และก็มีข้อที่น่าสังเกตว่า

ประการที่ ๑ ที่ว่าการเห็น นั้นมีอยู่สองอย่าง *คือการเห็นรูปด้วยตาเนื้อ และด้วยตาใน* สำหรับท่านที่เจริญวิชชาหรือมีทิพยจักขุนี้อย่างหนึ่ง *กับการเห็นนิมิต* คือเครื่องหมายที่กำหนดให้เห็นขึ้นที่ใจเพื่อเจริญสมาธิ นั้นอีกอย่างหนึ่ง

และสำหรับสิ่งที่เห็นด้วยใจนั้นจึงมีทั้ง *นิมิต* ที่นึกหรือคิดให้เห็นในใจ เพื่อเจริญสมาธิ หรือน้อมเข้ามาพิจารณาสภาวธรรมเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้ง ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็น *บริกรรมนิมิต อุคคหนิมิต* หรือ *ปฏิภาคนิมิต* ก็ตาม นี้อย่างหนึ่ง, กับทั้งเห็น *รูป* หรือ *ธาตุธรรมละเอียด* ที่มีอยู่จริงตามธรรมชาติ ด้วยความสามารถของทิพยจักขุ เสมือนหนึ่งตาเนื้อเห็นรูปฉะนั้น นี้อีกอย่างหนึ่งอย่าปนกัน

ประการที่ ๒ การเห็นนิมิต มิได้หมายความว่า ติดนิมิต หากแต่เป็นเพียงอาศัยการกำหนด *บริกรรมนิมิต* ขึ้นเพื่อเจริญสมาธิ จึงพัฒนาการเห็นนิมิตนั้นขึ้นไปเป็น *อุคคหนิมิต* และ *ปฏิภาคนิมิต* ตามระดับสมาธิที่สูงขึ้น และเป็นความจำเป็นที่จะต้องน้อมนำเอานิมิต คือสิ่งที่จะนำมาพิจารณาให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะจริงของธรรมชาติตามที่เป็นจริง ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ด้วยเหตุนี้ ในสติปัฏฐานสูตรจึงอธิบาย *กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน, และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าคือการมีสติสัมปชัญญะ พิจารณาเห็นกายในกาย, เห็นเวทนาในเวทนา, เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม*

สำหรับท่านผู้เจริญภาวนาได้ถูกวิธี สามารถเจริญวิชชา และมีอภิญญา เป็นต้นว่าเกิดอายตนะทิพย์ ให้สามารถรู้เห็นสิ่งที่ละเอียด ประณีต หรืออยู่ห่างไกล ลี้ลับ ได้กว่าอายตนะของกายเนื้อ อย่างเช่น ตา หู ของกายเนื้อ จึงสามารถเห็นสัตว์ในภูมิต่าง ๆ ที่ละเอียด อย่างเช่นนรก สวรรค์ และแม้แต่เห็นอายตนนิพพานนั้น ก็เป็นเรื่องความสามารถพิเศษของท่าน และก็เป็นการเห็นธรรมชาติที่มีอยู่แล้วเหมือนกับตาเนื้อเห็นรูปทั้งหลายนั่นเอง ก็เหมือนกับเราผ่านไปทางไหนก็ได้พบได้เห็นบ้านเมือง ผู้คน หรือสัตว์ทั้งหลายตามปกติธรรมดา แม้จะเจตนาที่จะพิจารณาดูความเป็นไปในอายตนะทั้งหลายเหล่านั้น ก็เพื่อเป็นการศึกษาค้นคว้าหาความรู้เพื่อให้เกิดปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น เป็นการพิสูจน์ตามหลักวิทยาศาสตร์จากการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูล ให้รู้แจ้งเห็นจริงว่า นรก สวรรค์ นิพพานนั้น มีจริงหรือเปล่า ถ้ามี มีอย่างไร มีความเป็นไปในนรก สวรรค์ ตลอดทั้งอายตนนิพพานอย่างไร ด้วยผลบุญและผลบาปอะไรจึงต้องไปเสวยวิบากอยู่ในนรกหรือสวรรค์ **และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง การรู้จักความเป็นไปในนิพพานนั้น เป็นยอดของความรู้ เป็นยอดของปัญญาทีเดียว และประการสำคัญที่สุด ผู้ที่สามารถเจริญภาวนาได้ถึงธรรมกายอันเป็นธรรมขันธ์ที่พ้นโลกแล้ว สามารถให้เข้าถึงอายตนนิพพานได้นั้น ทำให้เกิดปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นโดยชัดแจ้งตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงประทานบรมพุทโธวาท** มีปรากฏในปาฏลิคามิวัคคอุทาน นิพพานสูตรว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย ! อายตนะนั้น (คืออายตนนิพพานนั้น) *มีอยู่..."* และว่า *"ภิกษุทั้งหลาย ! ก็เพราะธรรมชาติอันไม่เกิดแล้ว ไม่เป็นแล้ว อันปัจจัยกระทำไม่ได้แล้ว ปรุงแต่งไม่ได้แล้ว* (คือพระนิพพาน) *นั้น มีอยู่..."*

จึงทำให้สามารถเห็นอรหัต เห็นธรรม ตามที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ดีแล้วนี้โดยชัดแจ้ง

ประการที่ ๓ การเจริญภาวนาแต่เพียงขั้นต่ำ หรือการปฏิเสธสมถกัมมัฏฐาน แล้วมุ่งเน้นแต่การพิจารณาสภาวธรรมเพื่อให้เกิดปัญญานั้น เสี่ยงต่อการเกิดวิปัสสนูปกิเลสอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในกรณีที่ผู้ปฏิบัติภาวนามีสติปรากฏยิ่งจนเกินไป กล่าวคือมีสติพิจารณาสภาวธรรมแก่กล้าเกินไป แต่ปัญญาอันเห็นแจ้งที่แท้จริงยังเกิดขึ้นไม่ทัน คงมีอยู่แต่ปัญญาจากการจำได้หมายรู้จากตำราเสียโดยมากนั้น จิตจะปล่อยวางอารมณ์วิปัสสนาที่เคยยกขึ้นพิจารณาอยู่เสมอนั้นไม่ได้ แม้แต่จะได้รับคำแนะนำให้ปล่อยหรือให้ปฏิเสธนิมิต ก็ปฏิเสธไม่ออก เป็นเหตุให้เกิดนิมิตลวงขึ้นในใจโดยที่เจ้าตัวมิได้ตั้งใจจะรู้จะเห็น เรียกว่าเกิดวิปัสสนูปกิเลสข้อ *อุปัฏฐานัง* อันอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพจิตได้

จึงใคร่จะกล่าวถึงคุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายว่า *เป็นกัมมัฏฐานที่มีทั้งสมถะและวิปัสสนาคู่กัน* เป็นการเจริญภาวนาที่ *มีมหาสติปัฏฐานโดยครบถ้วนอยู่ในตัวเสร็จ* คือมีการพิจารณาเห็นกายในกาย, เวทนาในเวทนา, จิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม อยู่ในตัวเสร็จ มีอุบายวิธีที่ทำให้สมาธิเจริญขึ้นอย่างรวดเร็ว และให้สามารถเจริญปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรมจาก

การที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น เมื่อยกสภาวธรรมใดขึ้นพิจารณาให้เกิดปัญญาแล้ว ก็มีวิธีให้ *พิสดารกาย พิสดารธาตุธรรมไปสู่สุดละเอียด ให้ใจของทุกกายรวมหยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางธรรมกายที่สุดละเอียดอยู่เสมอ จิตก็ละวางนิมิตที่ยกขึ้นพิจารณานั้นไปเองโดยอัตโนมัติ วิปัสสนูปกิเลสดังกล่าวจึงไม่เกิดขึ้นสำหรับผู้เจริญภาวนาตามแนวนี้แต่ประการใด* และยิ่งสำหรับผู้เจริญภาวนาได้ถึงธรรมกายแล้ว ยิ่งเห็นอรรถเห็นธรรม ทั้งที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง ที่เรียกว่า *สังขตธาตุ สังขตธรรม* กับทั้งที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งที่เรียกว่า *อสังขตธาตุ อสังขตธรรม* ได้โดยชัดแจ้ง ปราศจากความเคลือบแคลงสงสัย จึงขอเชิญชวนท่านสาธุชนเจริญให้มาก แม้ในระยะแรก ๆ บางรายอาจจะยังมิได้เห็นอะไร ก็อย่าเพิ่งท้อแท้ใจว่าปฏิบัติไม่ได้ผล

ความจริงถ้าสังเกตดูในเหตุและผลแล้ว ก็จะพบว่าท่านได้รับผลดีจากการปฏิบัติอย่างแน่นอน ขอแต่ให้ปฏิบัติให้ได้ตรงตามวิธีที่แนะนำไป ด้วยใจรักในธรรมปฏิบัตินี้, ด้วยความเพียรพยายามไม่ย่อท้อ ด้วยใจจดจ่ออยู่เนืองนิจ และด้วยความพินิจพิจารณาในเหตุ สังเกตในผล ให้ถูกต้องตามที่วิปัสสนาจารย์ให้คำแนะนำไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ให้พึงระวังอุปกิเลสของสมาธิให้ดี เช่นว่าระวังอย่าให้เพียรหย่อนเกินไปจนจิตใจง่วงเหงา ซึมเซา ไม่กระปรี้ประเปร่า, เพียรจัดเกินไป จนกายและใจไม่สงบ, อยากเห็นนิมิตจนเกินไป ทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน หรือพลอยหงุดหงิดเมื่อรู้สึกว่าปฏิบัติไม่ได้ผล, หรือสะดุ้งตกใจกลัว หรือตื่นเต้นจนเกินไปเมื่อเห็นนิมิต ทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน หรือเคลื่อนจากสมาธิ, และพึงระวังรักษาศีลให้บริสุทธิ์ สำหรับผู้เป็นฆราวาสก็อย่างน้อย ศีล ๕ ขึ้นไป พึงหลีกเลี่ยงจากกามฉันทะ อย่าไปตรึกนึกถึงมันให้มากนัก เพราะเป็นอุปกิเลสของสมาธิตัวสำคัญเสียด้วย สิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาททั้งหลาย ตลอดทั้งการดูการละเล่นหรือประโคมดนตรี เหล่านี้ก็ล้วนแต่เป็นเครื่องกีดกั้นหนทางเจริญสมาธิและปัญญาทั้งสิ้น

ถ้าประสงค์จะได้สิ่งที่ดีมีคุณค่าต่อชีวิตอย่างสูง ก็ต้องพยายามละสิ่งที่ชั่วหรือที่เป็นข้าศึกแห่งความดีเหล่านั้นเสีย และพึงเข้าใจว่า ธรรมอันประเสริฐนั้น ไม่ใช่จะเป็นสิ่งที่บุคคลจะพึงบรรลุได้โดยง่าย แต่ก็มิใช่จะเหลือวิสัยของบุคคลที่จะปฏิบัติให้เข้าถึงหรือบรรลุได้ ขอแต่ให้ปฏิบัติถูกวิธีด้วยอิทธิบาทธรรมดังที่กล่าวมาแล้ว ย่อมได้ผลแน่นอน พระพุทธองค์ก็ได้ประทานบรมพุทโธวาทไว้ ความว่า เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติอธิศีล อธิจิต อธิปัญญาแล้ว ก็แล้วกัน เราไม่มีอำนาจที่จะได้บันดาลให้บรรลุธรรมหรือมรรคผลเมื่อนั้นเมื่อนี้ได้ อุปมาดั่งชาวนาซึ่งไถคราด เตรียมดิน หว่านพันธุ์ข้าว และปักดำ ไขน้ำเข้านา ดูแลใส่ปุ๋ยดีที่สุดแล้ว ก็ต้องรอให้ข้าวออกรวงเอง ไม่มีใครจะไปบันดาลให้ข้าวออกรวงวันนั้น เวลานั้นได้ ถึงเวลาก็ออกรวงเอง การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน ทำไปก็แล้วกัน พยายามให้ดีที่สุดแล้ว ถึงเวลาก็ได้บรรลุผลเอง และพึงเข้าใจว่า ในระหว่างเวลาปฏิบัติที่ยังไม่ได้บรรลุธรรมหรือมรรคผลนั้น ก็ได้ผลดีไปเรื่อย ๆ อยู่แล้ว ขอแต่ให้หมั่นดูที่เหตุ สังเกตที่ผลดูให้ถ้วนถี่ก็แล้วกัน การปฏิบัติธรรมตามแนวนี้ให้ผลดีทั้งในทางโลกและในทางธรรมจริง ๆ

ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมจึงพึงพิจารณาในเหตุและสังเกตในผลของการปฏิบัติธรรมทั้งในแง่ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธสัทธรรมดังกล่าว ก็จะไม่ลังเลสงสัยว่า การเจริญภาวนาควรจะผ่านและอาศัยนิมิตด้วยหรือไม่ ประการใด ก็จะเป็นการเจริญวิมังสาเป็นอิทธิบาท ให้การเจริญภาวนาดำเนินไปอย่างตรงทาง และได้ผลดี

ทำอย่างไรจึงจะได้เห็นและเข้าถึงดวงปฐมมรรคและธรรมกายเร็ว ๆ ?

การปฏิบัติธรรมนั้น บางรายก็อาจจะเห็นผลเร็ว บางรายก็อาจจะเห็นผลช้า ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *ความเป็นผู้มีบุญบารมีมาก่อน* ที่เรียกว่า *ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา* ซึ่งมีอยู่รวม ๑๐ ข้อด้วยกัน ได้แก่ *ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยะบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี* และ *อุเบกขาบารมี* ที่ได้เคยสร้างสมมาตั้งแต่อดีตจนตราบเท่าถึงปัจจุบันนี้ว่าจะมีมากน้อยเพียงใด บุญบารมีแต่ละประการที่กล่าวมานี้ เมื่อได้สั่งสมขึ้นภายในจิตมาก ๆ เข้า แก่กล้าหนักเข้า ก็จะกลั่นตัวเองเป็น *อุปบารมี* เมื่ออุปบารมีแต่ละอย่างเหล่านั้นสั่งสมกันแก่กล้ายิ่งขึ้นไปอีก ก็จะกลั่นตัวเองเป็น *ปรมัตถบารมี* คือบุญบารมีที่แก่กล้าที่สุด รวมบุญบารมีทั้ง ๓ ระดับ เป็นบารมี ๓๐ ทัศ

เมื่อปรมัตถบารมีทั้ง ๑๐ ประการนั้นเต็มส่วนหมดแล้ว จึงจะเป็นพลวปัจจัยที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถบรรลุ มรรค ผล นิพพาน ได้ในที่สุด

แต่ในระหว่างที่ปรมัตถบารมีทั้ง ๑๐ ประการนั้นยังไม่เต็มส่วน ก็ยังจะมีส่วนช่วยให้การปฏิบัติธรรมได้บรรลุผลตามสมควรแก่บุญบารมีของแต่ละบุคคลที่ได้สร้างสมอบรมไว้ เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงไม่ควรใจร้อนที่จะให้เห็นผลในทันใด ขอแต่ให้ตั้งใจฝึกปฏิบัติตามคำแนะนำที่คุณครู – อาจารย์ได้สั่งสอนอบรมต่อไปเรื่อย ๆ แล้วก็หมั่นพิจารณาดูที่เหตุ สังเกตดูที่ผล ก็ย่อมจะประจักษ์ในผลของการปฏิบัติด้วยตัวของท่านเองตามระดับคุณธรรมที่ปฏิบัติได้ อย่าลืมว่า *ต้องให้โอกาสแก่ตนเองตามสมควร* ดังเช่นที่เราปลูกต้นไม้ จะต้องให้เวลาในการเจริญเติบโต และการปลูกต้นไม้ที่จะได้ผลดีก็จะต้องหมั่นดูแลทำนุบำรุงรักษา เมื่อถึงเวลาต้นไม้นั้นก็จะผลิดอกออกผลให้เอง

ดังพระพุทธองค์ได้ทรงประทานพระบรมพุทโธวาทไว้ มีปรากฏในติกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎกเล่ม ๒๐ หน้า ๓๐๙ ข้อ ๕๓๒ แปลเป็นใจความว่า

"ภิกษุทั้งหลาย ! กิจของคฤหบดีชาวนาที่เขาจะต้องรีบทำมีสามอย่างเหล่านี้ สามอย่างอะไรบ้างเล่า ? สามอย่างคือ คฤหบดีชาวนารีบ ๆ ไถ คราด พื้นที่นาให้ดีเสียก่อน, ครั้นแล้วก็รีบ ๆ ปลูกพืช, ครั้นแล้ว ก็รีบ ๆ ไขน้ำเข้าบ้าง ไขน้ำออกบ้าง ภิกษุทั้งหลาย! กิจของคฤหบดี

ชาวนาที่เขาจะต้องรีบทำมีสามอย่างเหล่านี้แล, *แต่ว่าคฤหบดีชาวนานั้น ไม่มีฤทธิ์หรืออานุภาพที่จะบันดาลว่า "ข้าวของเราจงงอกในวันนี้, ตั้งท้องพรุ่งนี้, สุกมะรืนนี้" ดังนี้ได้เลย* ที่ถูกย่อมมีเวลาที่ข้าวนั้นเปลี่ยนแปรสภาพไปตามฤดูกาล ย่อมจะงอกบ้าง ตั้งท้องบ้าง สุกบ้าง

ภิกษุทั้งหลาย ! ฉันใดก็ฉันนั้น กิจของภิกษุที่เธอจะต้องรีบทำมีสามอย่างเหล่านี้ สามอย่างอะไรบ้างเล่า ? สามอย่างคือ การสมาทาน การปฏิบัติในศีลอันยิ่ง, การสมาทานการปฏิบัติในจิตอันยิ่ง, และการสมาทานการปฏิบัติในปัญญาอันยิ่ง ภิกษุทั้งหลาย ! กิจของภิกษุที่เธอจะต้องรีบทำมีสามอย่างเหล่านี้แล, แต่ว่า **ภิกษุนั้น ก็ไม่มีฤทธิ์หรืออานุภาพที่จะบันดาลว่า "จิตของเราจงหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่มีอุปาทาน ในวันนี้ หรือพรุ่งนี้ หรือมะรืนนี้" ดังนี้ได้เลย, ที่ถูกย่อมมีเวลาที่เหมาะสม ซึ่งมีภิกษุนั้นปฏิบัติไปแม้ในศีลอันยิ่ง, ปฏิบัติไปแม้ในจิตอันยิ่ง, และปฏิบัติไปแม้ในปัญญาอันยิ่ง จิตก็จะหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่มีอุปาทานได้เอง**

ภิกษุทั้งหลาย ! เพราะฉะนั้น ในเรื่องนี้พวกเธอทั้งหลาย พึงสำเหนียกใจไว้ว่า *"ความพอใจของเราจักต้องเข้มงวดพอในการสมาทานการปฏิบัติในศีลอันยิ่ง, ในการสมาทานการปฏิบัติในจิตอันยิ่ง, และในการสมาทานการปฏิบัติในปัญญาอันยิ่ง"* ดังนี้ ภิกษุทั้งหลาย ! พวกเธอทั้งหลาย พึงสำเหนียกใจไว้อย่างนี้แล.

นี่ก็เป็นบรมพุทโธวาทของพระบรมศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เมื่อเข้าใจดั่งนี้แล้ว ก็ขอให้ทุกท่านจงตั้งหน้าฝึกปฏิบัติธรรมด้วย *อิทธิบาทธรรม* คือด้วยใจรักในธรรม (ฉันทะ) ด้วยความเพียรไม่ย่อท้อ (วิริยะ) ด้วยใจจดจ่ออยู่ในธรรม ไม่ทอดทิ้งหรือวางธุระ (จิตตะ) และด้วยพินิจพิจารณาในเหตุ สังเกตในผล หมั่นดูแลแนวทางการปฏิบัติให้ดำเนินไปในทางที่ชอบ ที่เป็นคุณ หลีกเลี่ยงทางปฏิบัติที่ไม่ดี ไม่ชอบ ที่เป็นโทษ (วิมังสา) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *พึงให้มีสติสัมปชัญญะพิจารณาเห็นอุปกิเลสของสมาธินิมิต* ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำฯ ได้อธิบายไว้ในหนังสือทางมรรคผล นิพพาน ดังต่อไปนี้

๑. วิจิกิจฉา	ความลังเลหรือความสงสัย
๒. อมนสิการ	ความไม่สนใจไว้ให้ดี
๓. ถีนมิทธะ	ความท้อและความเคลิบเคลิ้มง่วงนอน
๔. ฉัมภิตัตตะ	ความสะดุ้งหวาดกลัว
๕. อุพพิละ	ความตื่นเต้นด้วยความยินดี
๖. ทุฏฐุลละ	ความไม่สงบกาย
๗. อัจจารัทธวิริยะ	ความเพียรจัดเกินไป
๘. อติลีนวิริยะ	ความเพียรย่อหย่อนเกินไป
๙. อภิชัปปา	ความอยาก

๑๐. นานัตตสัญญา	ความนึกไปในสิ่งต่าง ๆ เรื่องราวต่าง ๆ ที่เคยผ่านมาหรือจดจำไว้มาผุดขึ้นในขณะทำสมาธิ
๑๑. รูปานัง อตินิชฌายิตัตตะ	ความเพ่งต่อรูปหรือเพ่งนิมิตนั้นจนเกินไป

เมื่ออุปกิเลสเหล่านี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นแก่เราแล้ว สมาธิของเราก็เคลื่อนไป เพราะอุปกิเลสเหล่านี้เป็นต้นเหตุ ฉะนั้นในการบำเพ็ญภาวนา เราต้องใช้ความเพียร ความอดทนทั้ง ๒ ข้อนี้ เป็นข้อสำคัญยิ่ง และคอยประคองคุมสติไว้ไม่ให้เผลอ ใช้ปัญญาสอดส่องดูว่าวิธีใดที่จะทำให้อุปกิเลสเหล่านี้เกิดขึ้นไม่ได้ เราก็จะทำใจไว้โดยวิธีนั้น จงวางใจของเราไว้ให้เป็นกลาง ๆ คือมัชฌิมาปฏิปทา ให้เป็นอุเบกขา อย่ายินดีและยินร้าย ให้พยายามละจาก ความโลภ ความโกรธ ความหลง จงทำใจของเราให้ใสเป็นแก้ว ให้เยือกเย็น ให้เช่มชื่น ให้ถูกส่วน เป็นสมาธิแน่แน่ว เอาใจจรดอยู่ที่ดวงนิมิตที่ศูนย์กลางกายนั้นให้มากที่สุด ต้องทำเสมอ ทำเนือง ๆ ในทุกอิริยาบถ ไม่ว่านั่ง นอน เดิน ยืน ทำเรื่อยไป อย่าหยุด อย่าละ อย่าทอดทิ้ง อย่าท้อแท้ มุ่งรุดหน้าเรื่อยไป ผลจะเกิดวันหนึ่งไม่ต้องสงสัย ผลเกิดอย่างไรท่านรู้ได้ด้วย *ตัวของท่านเอง*

อนึ่ง ในการเจริญภาวนานี้ ขอให้ท่านจงประกอบเหตุสังเกตผลทนเอาเถิดประเสริฐนัก เพราะเป็นมหัคคตกุศลหรือมหากุศลอันยิ่งใหญ่ไพศาล เป็นทางมรรค ผล นิพพาน ถึงแม้ไม่ได้เห็นอะไร ก็จะเป็นอุปนิสัยติดตัวไปในปรภพเบื้องหน้า ขอท่านทั้งหลายจงอุตส่าห์มานะวิริยะบำเพ็ญเพียรให้บังเกิดมรรคแลผล เพราะเป็นวิชชาที่ช่วย และเป็นที่พึ่งของตนเองได้ *อันเที่ยงแท้* อย่าได้เคลือบแคลงสงสัยอย่างหนึ่งอย่างใดเลย ขอความสุขสวัสดีจงบังเกิดมีและสัมฤทธิ์ผลดังมโนรถปรารถนาแด่ท่านทั้งหลายที่ได้นำหนังสือทางมรรคผลนี้ไปประพฤติและปฏิบัติโดยทั่วกันจงทุก ๆ ประการ ฯ

สรุป

กล่าวโดยสรุป **โพธิปักขิยธรรม** หมายถึงองค์ธรรมปฏิบัติเพื่อ *ความตรัสรู้พระอริยสัจจ์* ***ทั้ง ๔*** และให้สามารถกำจัดกิเลสอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย ได้บรรลุมรรค ผล นิพพานอันเป็นแดนเกษมที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง หรือสูงขึ้นไปเป็น *ความตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณหรือพระสัพพัญญุตญาณ* ของพระพุทธเจ้า

"**ความตรัสรู้**" ดังกล่าวนี้ เป็นความรู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงด้วยการที่ได้ *ทั้งเห็น* ด้วยตาพระธรรมกาย และ *ทั้งหยั่งรู้* ด้วยญาณพระธรรมกายทั้งสิ้น หาใช่เป็นความรู้เห็นด้วยวิญญาณและตาเนื้อของมนุษย์ หรือของทิพย์ ของพรหม หรือของอรูปพรหมไม่

"**ธรรมกาย**" นั้นเองจึงเป็น **กายตรัสรู้** ดังมีปรากฏในพระปฐมสมโพธิกถาว่า *ความบังเกิดขึ้นด้วยธรรมกายอุบัติแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น คืออภิสัมโพธิสมัยตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ* หาใช่กายโลกียะอย่างกายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหมหรือกายอรูปพรหมไม่

คำว่า "**พุทธะ**" ซึ่งหมายถึง "ผู้ตื่น – ผู้เบิกบานแล้ว" ก็คือ *กายธรรมหรือธรรมกาย* นั้นเอง หาใช่กายโลกียะไม่ ธรรมกายนั้นเองคือ *พระพุทธรัตนะ* ธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายคือ *พระธรรมรัตนะ* ธรรมกายที่ละเอียด ๆ คือ *พระสังฆรัตนะ* ผู้ปฏิบัติพระสัทธรรมและรักษาพระสัทธรรมไว้ พระรัตนตรัยดังที่กล่าวนี้ก็หาใช่กายเนื้อไม่ ดังมีปรากฏในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สรภังคเถรคาถา ข้อ ๓๖๕ ว่า *พระพุทธเจ้าและพระอรหันตเจ้าทั้งหลายต่างเป็นผู้ปราศจากตัณหาไม่ถือมั่น หยั่งถึงความสิ้นกิเลส และเสด็จอุบัติแท้โดยธรรมกายทั้งสิ้น*

เนื่องด้วยกายโลกียะทั้งหลายอันได้แก่กายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหมและกายอรูปพรหม เป็นกายที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง เช่น ประกอบด้วยธาตุทั้ง ๖ คือธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม อากาศธาตุและวิญญาณธาตุ, ประกอบด้วยขันธ์ทั้ง ๕ คือรูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ และวิญญาณขันธ์ หรือกล่าวโดยย่อเป็น ๒ ชื่อว่า รูป กับ นาม, ประกอบด้วยอาหารและกรรมทั้งที่เป็นฝ่ายบุญกุศล, ฝ่ายกลาง ๆ และฝ่ายบาปอกุศล อันมีอวิชชา ตัณหา อุปาทานเป็นเหตุนำ เหตุหนุนให้มีความประพฤติปฏิบัติทางกาย ทางวาจา และทางใจ เป็นไปด้วยประการต่าง ๆ ฯลฯ ทั้งหลายเหล่านี้เอง จึงต้องตกอยู่ในอาณัติแห่งสามัญญลักษณะ คือความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ผู้ใดหลงเข้าไปยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหาและทิฏฐิจึงเป็นทุกข์ *พระพุทธองค์จึงได้ทรงสั่งสอนเวไนยสรรพสัตว์ทั้งหลายให้รู้แจ้งเห็นจริงในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงนี้ เพื่อให้ละความยึดมั่นถือมั่นในสังขารธรรมที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งและเป็นที่ตั้งแห่งอวิชชา ตัณหา อุปาทานนี้เสียให้ได้ตามพระพุทธองค์* แล้วให้ *เข้าถึงและเป็นธรรมกาย* ซึ่ง *เป็นกายโลกุตตระ เป็นวิราคธาตุ วิราคธรรม* ล้วน ๆ อันไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง *เป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรม* ซึ่งไม่ต้องตกอยู่ในอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์ และกลับเป็นกายนิจจัง สุขัง และอัตตา นั่นเอง

ผู้ศึกษาและปฏิบัติธรรมที่ได้ถึงธรรมกาย หากยังปฏิบัติพระสัทธรรมไม่แก่กล้าพอที่จะละสัญโญชน์อันเป็นกิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลกอย่างน้อย ๓ ประการ คือสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพตปรามาสได้ ก็ยังจัดว่าเป็นแต่เพียงโคตรภูบุคคลเท่านั้น ต่อเมื่อผู้เข้าถึงธรรมกายนั้น ปฏิบัติพระสัทธรรมจนสามารถละสัญโญชน์เบื้องต่ำอย่างน้อย ๓ ประการดังที่กล่าวนั้นได้แล้ว จึงจะบรรลุมรรคผล เป็นพระอริยบุคคลตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้

เฉพาะ "**ธรรมกายอรหัต**" เท่านั้นที่เข้าสู่ "**อายตนนิพพาน**" ได้ กายมนุษย์ กายทิพย์ กายพรหม และอรูปพรหม และกายธรรมที่ต่ำกว่านั้นก็เข้าสู่อายตนนิพพานไม่ได้ เพราะอายตนนิพพานนั้นละเอียดมากเกินกว่าที่อายตนะของกายอื่นใด นอกจากของธรรมกายพระอรหัต จะสามารถสัมผัสและรู้เห็นได้ พระพุทธองค์จึงได้ทรงแสดงลักษณะพิเศษของอายตนนิพพานไว้ว่า *"ธรรมนี้เป็นสภาพลึก เห็นได้ยาก ตรัสรู้ได้ยาก เป็นธรรมสงบ เป็นธรรมละเอียด ประณีต คิดเดาไม่ได้ เป็นวิสัยที่บัณฑิตพึงรู้"* พระอรหันตบุคคลเข้าสู่อายตนนิพพานด้วยกาย *พระนิพพาน* ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ชื่อว่า *สอุปาทิเสสนิพพาน* เมื่อกายเนื้อแตกทำลายคือตายลงแล้ว กายพระนิพพานที่สุดละเอียดก็ไปปรากฏอยู่ในอายตนนิพพาน ประทับเข้านิโรธ สงบตลอดกันหมดนั้นชื่อว่า *อนุปาทิเสสนิพพาน*

แนวทางศึกษาและปฏิบัติพระสัทธรรมเพื่อเข้าถึงและเป็นธรรมกาย อันเป็นกายตรัสรู้ เพื่อกำจัดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน เหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย และให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ดังกล่าวก็คือ *สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน* อันมีศีลเป็นบาท มีกาย เวทนา จิต และธรรม เป็นฐานที่ตั้งแห่งสติ อันมีนัยอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ และมีองค์ธรรมข้ออื่น ๆ เป็นเครื่องบำรุง ได้แก่ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ ฯลฯ เป็นต้น รวมเรียกว่า **โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ** นั่นเอง

ชวนพิมพ์
ชวนประหยัด พิมพ์ประทับใจ
ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ชวนพิมพ์ 469 ถนนพระสุเมรุ ตำบลบวรนิเวศน์ กรุงเทพมหานคร
โทร. 2810541 , 2822114 นาย ชวน ศรสงคราม ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา พ.ศ.2524

.....ข้าแต่พระโลกนาถ พระองค์เป็นผู้ประทานความสุขอันเกิดจากพระสัทธรรมให้หม่อมฉัน ข้าแต่พระโคดม หม่อมฉันเป็นผู้อันพระองค์ให้เกิด **ข้าแต่พระสุคตเจ้า รูปกาย ของพระองค์นี้ อันหม่อมฉันทำให้เจริญเติบโต ธรรมกาย อันน่าเพลิดเพลินของหม่อมฉัน อันพระองค์ทำให้เจริญเติบโตแล้ว** หม่อมฉันให้พระองค์ดูดดื่มน้ำนมอันระงับเสียได้ซึ่งความอยากชั่วครู่ **แม้น้ำนม คือ พระสัทธรรมอันสงบระงับล่วง ส่วนพระองค์ก็ให้หม่อมฉันดูดดื่มแล้ว** ข้าแต่พระมหามุนี ในการผูกมัดและรักษาพระองค์ชื่อว่ามิได้เป็นหนี้หม่อมฉัน.....

(พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทานเอกุโปสถวรรค มหาปชาบดีโคตมีเถริยาปทาน พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๓๓ หน้า ๒๑๕)

ถึงจะเจริญภาวนายังไม่ได้ถึงธรรมกาย หรือดวงปฐมมรรค ก็อย่าได้ท้อใจว่าปฏิบัติไม่ได้ผล **หากท่านได้ตั้งใจฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอด้วยอิทธิบาทธรรม** และหมั่นดูที่เหตุ สังเกตดูที่ผลแล้ว จะพบว่า **มีผลได้ทุกครั้งที่จิตของท่านได้รับการฝึกฝนให้หยุดให้นิ่ง** อย่างน้อยท่านจะพบว่า

* ความฟุ้งซ่านแห่งจิตของท่านลดลง ทำให้จิตใจมีความสงบเยือกเย็นดีขึ้น
* กิเลส ตัณหา อันเป็นอกุศลธรรมเครื่องยังจิตให้เศร้าหมองและเร่าร้อน ทะยานอยากในสิ่งที่ไร้สาระ หรือที่เกินความจำเป็นต่าง ๆ เบาบางลง
* มีสติสัมปชัญญะและปัญญา รู้ทางเจริญ–ควรดำเนิน, รู้ทางเสื่อม–ไม่ควรดำเนิน ดีขึ้นด้วยตัวเอง
* จิตใจสงบ เป็นสมาธิดีขึ้น ทำให้การพิจารณาวินิจฉัยปัญหาใด ๆ สามารถกระทำได้ถูกต้อง ตรงประเด็นดีขึ้น
* เมื่อสุขภาพจิตดี ก็พลอยให้สุขภาพกายดีขึ้นด้วย ผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิดก็ไม่ต้องพลอยเดือดร้อนเพราะเรา (ซึ่งมีสุขภาพจิตไม่ดี) เป็นเหตุ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติก็จะพลอยสันติสุข เพราะมีสมาชิกผู้มีกาย วาจา และใจอันสงบเพิ่มมากขึ้น
* การเจริญภาวนาโดยมีศีลเป็นบาท จัดเป็นอานิสงส์รวบยอด เป็นทางมรรค ผล นิพพาน จึงเป็นมหากุศลแก่ผู้บำเพ็ญ, เมื่อบุญกุศลเพิ่มขึ้น บาปอกุศลลดน้อยลง จนบุญนำหน้าบาป บุญกุศลย่อมให้ผลก่อนบาปอกุศล เพราะฉะนั้น ผู้เจริญภาวนารักษาศีลเป็นประจำจึงมีชีวิตที่ดีขึ้น เจริญรุ่งเรืองและสันติสุขขึ้น ทั้งในทางโลกและทางธรรม เป็นธรรมดา